

DAFTAR PUSTAKA

- A, Hallen. 2002. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers.
- Abdullah, Aidil Fathi. 2004. *Membangun Positive Thingkin Secara Islam*. Jakarta:Gema Insani Press.
- Baidi, Bukhori. 2008. *Hubungan Kematangan Beragama Latar Belakang Fakultas dan Jenis Kelamin dengan Kecemasan Mahasiswa Semester Akhir*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa IAIN Walisongo.
- Bugin, Burhan. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Corey, Gerald. 2005. *Theory and Practice of Conseling and Psychoteraphy*, terj. E. Koswara, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Daradjat, Zakiyah. 1978. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- _____ 1978. *Peranan Agama dalam Kesehatan*. Jakarta: Gunung Agung.
- Depertemen Agama Ri Al-Hikmah. *Al-qur'an dan Terjemaha*. Bandung: CV. Penerbit Diponegoro.
- Deswita, dkk. "Ners Jurnal Keperawatan: Pengaruh Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Tidur Anak Usia Sekolah di Ruang Inap Anak RSUD Prof Dr. MA. Hanafiyah SM Batusangkar.
- Dewa Ketut Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta Rineka Cipta.
- Drever, James. *Kamus Psikologi, terjemahan Nanci Simanjuntak..* Jakarta: Bina Aksara.
- Emzir. 2011. *Analisis Data Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers..
- Erford, T. Bradley. 2017. *40 Techniques Every Counselor Should Know*, diterjemahkan oleh Helly Prajitno Soetjipto dengan judul, *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Cet. II; Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Gantina Komalasari, Eka Wahyuni. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks.
- Gunarsa, Singgih D. 2008. *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hadi, Sutrisno. 1998. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Andi Offset.

- Kasiram, Moh. 2010. *Metodologi Penelitian*. Cet. II; Yogyakarta: UIN-Maliki Press.\
- Khusna, Heni Rodhotul. 2016. “*Kecemasan mahasiswa bimbingan dan konseling Islam dalam menyelesaikan tugas akhir di fakultas dakwah dan komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*”. Skripsi Sarjana; Bimbingan Konseling.
- Koentjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat* (Jakarta: Gramedia, 1997), h.167.
- Komaruddin. 2006. *Psikologi Olahraga, Latihan Keterampilan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- M. Quraish Shihab. 2010. *Al-Qur'an dan Maknanya*. Tangerang: Lentera Hati.
- Mappiare, Andi. 2006. *Kamus Istilah Konseling & Terapi*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Moleong, J. Lexy. 2000. *Metode Penelitian Kualitatif*. Cet.II; Bandung: PT Remaja Rosda Karya.
- Nawawi, Hadari. 2010. *Metode Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Gajahmada University Press.
- Nofrans Eka Saputra, Safaria Triantono. 2012. *Manajemen Emosi*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Oemardi, Kasandra. 2003. *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta: Kreatif Media Jakarta.
- Oltmanns, F. Thomas, dan Emery, E. Robert. 2013. *Abnormal Psychology*, diterjemahkan oleh Helly Prajitno Soetjipto dengan judul, *Psikologi Abnormal*. Edisi VII. Cet. 1; Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Pedoman Akademik Universitas UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2011. Edisi Revisi
- Prayitno, Erman Enti. 2009. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purnomo Setyadi, Husnaini Usman. 1996. *Metode Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara.
- R, Atkinson. 1993. *Pengantar Psikologi*. Edisi VIII. Jilid II. Jakarta: Erlangga
- Rahayu, Tri Iin. 2006. *Psikoterapi Perspektif Islam dan Psikologi Kontemporer*. Malang: Penerbit UIN Malang.
- Rahmat Saleh, Abdullah. 2009. *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Kencana.

- Sadih, Dewi. 2010. *Metode Penelitian Dakwah*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010),
- Setiawati. 2009. *Keefektifan Cognitive Restructuring dan Desensitisasi Sistematis untuk Mengatasi Kecemasan Siswa SMP dan SMA*. Jurnal, FIP UNESA.
- Soedarmadji Boy, Hartono. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
———. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Cet.XIX; Bandung: Alfabeta.
- Sumar, Dwi Prasetyono. 2002. *Metode Mengatasi Cemas dan Depresi*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Supranto, J. 1997. *Metode Riset Aplikasi dalam pemasaran, Edisi 6*. Jakarta: Fakultas Ekonomi.
- Sutardjo A Wiramihardja. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Suwandi, Basrowi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Cet.I; Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan. 2010. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rosda Karya.
- Tsanie, Abdurachman. 2019. “Konsep Guided Imajinasi (Imajinasi Terbimbing)”, *Blog Abdurachman Tsanie*. <http://rohman-utm.blogspot.com/2017/07/konsep-guided-imagery-imajinasi.html> (07 November)
- Yogyakarta. http://digilib.uin-suka.ac.id/22331/1/12220030_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf (Diakses 16 Februari 2019)

PAREPARE

LAMPIRAN-LAMPIRAN





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**

Jalan Amal Bakti No. 8 Soraang, Kota Parepare 91132 Telpun (0421) 21307, Fax. (0421) 24404
PO Box 909 Parepare 91100 website: www.iainpere.ac.id, email: mau@iainpere.ac.id

Nomor : B-2252/In.39.7/12/2019
Hal : Izin Melaksanakan Penelitian

Parepare, 20 Desember 2019

Kepada Yth.
Walikota Parepare
Cq. Badan Perencanaan Pembangunan Daerah
Di-
KOTA PAREPARE

Assalamu Alaikum Wr. Wb.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare menerangkan bahwa :

Nama : Musdalipah
Tempat/Tgl. Lahir : Parepare/ 02 Maret 1997
NIM : 15.3200.013
Semester : IX (sembilan)
Alamat : Jl. Bambu Runcing BTN Nugraha Blok E/11

Adalah mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare bermaksud akan mengadakan penelitian di wilayah Kota Parepare.

" Penerapan Konseling Imagery dalam Mengatasi Kecemasan Bagi Mahasiswa Tahap Penyelesaian Tugas Akhir Pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah "

Pelaksanaan penelitian ini direncanakan pada bulan Desember sampai selesai.

Sehubungan dengan hal tersebut dimohon kerjasamanya agar kiranya yang bersangkutan dapat diberi izin sekaligus dukungan dalam memperlancar penelitiannya.

Demikian, atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Wr.Wb.

Dekan,





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PAREPARE
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Amal Bakti No. 8 Soreang, Kota Parepare 91132 Telepon (0421) 21307, Fax. (0421) 24404
 PO Box 909 Parepare 91100 website: www.iainpare.ac.id, email: mail@iainpare.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-551 /In.39.7/03/2020

Yang bertandatangan di bawah ini:

N a m a : Dr. H. Abd. Halim K.,M.A
N I P : 19590624 199803 1 001
Pangkat/Gol. : Lektor Kepala/IVa
Jabatan : Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Dengan ini menerangkan bahwa:

N a m a : MUSDALIPAH
NIM/Fakultas : 15.3200.013/Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Pekerjaan : Mahasiswa (S1) IAIN Parepare
Judul : Penerapan Konseling Dalam Mengurangi Kecemasan Bagi Mahasiswa Tahap Penyelesaian Tugas akhir pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Benar yang bersangkutan telah melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi pada IAIN Parepare. terhitung mulai tanggal 01 Januari 2020 S/D 15 Februari 2020.

Parepare, 06 Maret 2020
 Dekan,
 Fakultas Ushuluddin, Adab dan
 Dakwah





PEDOMAN WAWANCARA

Judul Penelitian : PENERAPAN KONSELING *IMAGERY* DALAM MENGATASI KECEMASAN BAGI MAHASISWA TAHAP PENYELESAIAN TUGAS AKHIR PADA FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Rumusan Masalah : 1. Bagaimana kecemasan mahasiswa tahap penyelesaian tugas akhir pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah ?

2. Bagaimana penerapan konseling *imagery* dalam mengatasi kecemasan bagi mahasiswa tahap penyelesaian tugas akhir pada Fakultas Ushuluddin, Adab Dakwah ?

3. Apa faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan bagi mahasiswa tahap penyelesaian tugas akhir pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah ?

1. Apa faktor-faktor yang menyebabkan anda cemas dalam menyelesaikan tugas akhir?
2. Kondisi bagaimana yang membuat kecemasan anda timbul dalam menyelesaikan tugas akhir?
3. Kecemasan seperti apa yang timbul ketika anda menyelesaikan tugas akhir ?
4. Apa yang anda lakukan ketika muncul kecemasan dalam menyusun tugas akhir?

5. Apa dampak yang anda rasakan ketika mengalami kecemasan dalam menyelesaikan tugas akhir?
6. Apakah ada pengaruh terhadap tugas akhir anda ketika mengalami kecemasan?
7. Ketika kondisi tertentu anda mengalami kecemasan, apakah kecemasan itu berlangsung dalam waktu yang lama
8. Bagaimana perasaan anda setelah mengikuti konseling dengan teknik *imagery*?
9. Apakah anda bisa menerapkan konseling *imagery* dalam kehidupan sehari-hari ketika mengalami kecemasan dalam menyelesaikan tugas akhir?
10. Apa pendapat anda tentang mengatasi kecemasan menggunakan konseling *imagery* ?



SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Masita Nurdin
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Pinrang
Menerangkan Bahwa
Nama : Musdalipah
Nim : 15.3200.013
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Bahwa telah melaksanakan wawancara untuk memperoleh data dalam rangka penulisan skripsi "Penerapan Konseling *Imagery* Dalam Mengatasi Kecemasan Bagi Mahasiswa Tahap Penyelesaian Tugas Akhir Pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah"

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan seperlunya.

Parepare, 27 Januari, 2020



SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : ROS YANTI
Pekerjaan : MAHASISWA
Alamat : PINRANG

Menerangkan Bahwa

Nama : Musdalipah
Nim : 15.3200.013
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Bahwa telah melaksanakan wawancara untuk memperoleh data dalam rangka penulisan skripsi "Penerapan Konseling *Imagery* Dalam Mengatasi Kecemasan Bagi Mahasiswa Tahap Penyelesaian Tugas Akhir Pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah"

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan seperlunya

Parepare, 27 Januari 2021



SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : NURUL HIDAYAH

Pekerjaan : MAHASISWI

Alamat : LAPADDE

Menerangkan Bahwa

Nama : Musdalipah

Nim : 15.3200.013

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Bahwa telah melaksanakan wawancara untuk memperoleh data dalam rangka penulisan skripsi "Penerapan Konseling *Imagery* Dalam Mengatasi Kecemasan Bagi Mahasiswa Tahap Penyelesaian Tugas Akhir Pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah"

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan seperlunya.

Parepare, 28 Januari 2020



SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Aswan
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Jl. H. P. Cara

Menerangkan Bahwa

Nama : Musdalipah
Nim : 15.3200.013
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Bahwa telah melaksanakan wawancara untuk memperoleh data dalam rangka penulisan skripsi "Penerapan Konseling *Imagery* Dalam Mengatasi Kecemasan Bagi Mahasiswa Tahap Penyelesaian Tugas Akhir Pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah"

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan seperlunya.

Parepare, 20 Januari 2020





**Wawancara Dengan Nurul Hidayah (NH) Program Studi Komunikasi
Penyiaran Islam**



Wawancara Dengan Aswan (AN) Program Studi Sejarah Peradaban Islam



Wawancara Dengan Masita Nurdin (MN) Program Studi Bimbingan Konseling Islam



Wawancara Dengan Ros Yanti (RY) Program Studi Manajemen Dakwa



Konseling *Imagery* Hari Pertama, Konseli Menceritakan Pemicu Kecemasan Saat Menyelesaikan Tugas Akhir



Konseling *Imagery* Hari Kedua, Proses Relaksasi



Proses Konseling *Imagery* Hari Kedua, Memberikan kertas untuk mencari pemecahan masalah yang responden rasakan dan menetapkan komitmen responden untuk dapat meningkatkan motivasinya dalam menyelesaikan skripsi.



Proses Konseling *Imagery* Hari Ketiga, Evaluasi dan konseli memberikan respon (perasaan, pikiran dan harapannya) setelah melakukan relaksasi dalam konseling *Imagery*.

BIOGRAFI PENULIS



Nama lengkap penulis adalah Musdalipah lahir di Parepare Tanggal 02 Maret 1997. Penulis lahir dari pasangan suami istri bapak Mursalim (Alm) dan ibu Wahida, merupakan anak pertama dari dua bersaudara, Penulis bertempat tinggal di Kota Parepare Sulawesi Selatan. Jenjang pendidikan penulis mulai dari SD di UPTD SD Negeri 3 Parepare tahun 2003, melanjutkan pendidikan ke jenjang sekolah menengah pertama di SMP Negeri 3 Parepare pada tahun 2009, kemudian melanjutkan Pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 2 Parepare pada tahun 2012 dan pada tahun 2015 melanjutkan pendidikan perguruan tinggi di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare dengan mengambil program studi Bimbingan Konseling Islam fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah.

Penulis mengajukan judul skripsi sebagai tugas akhir yaitu **“Penerapan Konseling *Imagery* Dalam Mengatasi Kecemasan Bagi Mahasiswa Tahap Penyelesaian Tugas Akhir Pada Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah”**.