

## DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	1
DAFTAR TABEL.....	
DAFTAR GAMBAR .....	
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Kegunaan Penelitian .....	7
E. Kerangka Berfikir.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Penelitian Terdahulu .....	13
B. Teori Terapi Syukur .....	24
C. Mekanisme Psikologis Terapi Syukur.....	34
1. Mekanisme Kognitif untuk Reframing dan Perubahan Persepsi ....	37
2. Mekanisme Afektif untuk Penguatan Emosi Positif.....	40
3. Mekanisme Motivasi dan Perilaku untuk Konsistensi dalam Aksi Syukur.....	43
4. Mekanisme Regulasi Stres dan Resiliene .....	46
5. Mekanisme Sosial dalam Penguatan Relasi dan Dukungan Sosial.....	49
C. Terapi Syukur dalam Konteks Bimbingan Psikospiritual.....	51

D. Adversity Quotient: Konsep dan Dimensi dan Relevansi Spiritual .....	56
E. Adversity Quotient (AQ) dan Terapi Syukur .....	61

### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	74
B. Jenis dan Sumber Data Penelitian .....	75
C. Teknik Pengumpulan Data .....	76
D. Analisis Data .....	78
E. Lokasi Penelitian .....	81
F. Jadwal Penelitian .....	
1. Waktu Penelitian .....	81
2. Jadwal Penelitian .....	81

### BAB IV PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

#### DESKRIPSI DATA

A. Gambaran PT. Karya Imtaq .....	83
1. Sejarah dan Perkembangan PT Karya Imtaq .....	83
2. Program Umrah Terapi Syukur Karya Imtaq .....	86
B. Profil responden .....	89

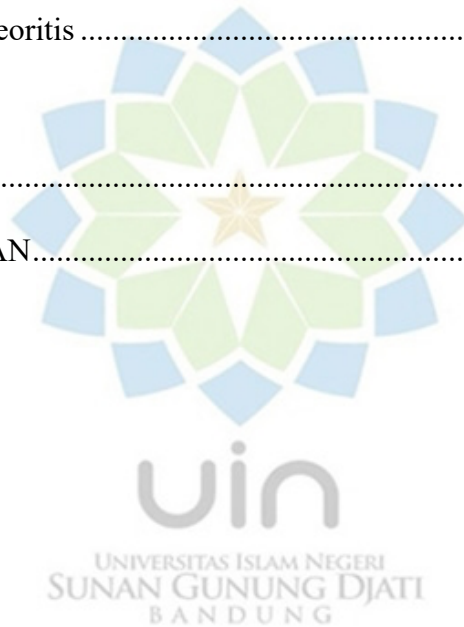
#### PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

C. Konsep Dasar Bimbingan Terapi Syukur .....	94
1. Landasan Teologi dalam Terapi Syukur .....	97
2. Landasan Psikologis dalam Terapi Syukur .....	99

3. Landasan Spiritual Pedagogis dalam Terapi Syukur .....	101
D. Strategi Penerapan Terapi Syukur.....	103
1. Terapi Syukur Sebelum Keberangkatan .....	103
2. Terapi Syukur Saat Pelaksanaan Umrah .....	109
3. Strategi Pasca-Umrah.....	115
E. Gambaran Hasil Bimbingan Terapi Syukur .....	118
F. Makna Terapi Syukur .....	127
1. Perubahan dalam Pola Bersyukur .....	128
2. Perubahan dalam Pengambilan Keputusan dan Sikap terhadap Ujian .....	130
3. Peningkatan Daya Juang dan Ketahanan Mental.....	131
G. Perubahan Pola Bersyukur.....	133
H. Peningkatan Terapi Syukur terhadap <i>Adversity Quotient</i> .....	139
1. Dimensi Control.....	146
2. Dimensi Ownership.....	147
3. Dimensi Reach .....	149
4. Dimensi Endurance .....	151
I. Korelasi antara terapi syukur dan <i>Adversity Quotient (AQ)</i> dalam kerangka spiritual Islam.....	156
PENAWARAN GAGASAN BARU	
J. Model Bimbingan Syukur SyAQ dalam Bimbingan Umrah Dari Ritual Menuju Transformasi .....	141
K. Potensi Pengembangan Model SyAQ untuk Konteks Ibadah Lain ....	144

## BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan .....	172
B. Implikasi dan Keterbatasan Penelitian .....	173
1. Implikasi .....	173
2. Keterbatasan Penelitian.....	174
C. Saran.....	176
1. Saran Akademis .....	176
2. Saran Teoritis .....	174
DAFTAR PUSTAKA .....	178
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	182



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	59
Tabel 4.1 Rseponden Jamaah Umroh.....	76



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Berfikir Bimbingan Terapi Syukur Mekanisme .....	11
Gambar 2.1 Mekanisme Psikologi Syukur .....	22
Gambar 2.2 Komponen Adversity Quotient .....	44
Gambar 3.1 Model Teknis Analisis Data .....	66
Gambar 4.1 Aktivitas Terapi Syukur Sebelum Keberangkatan .....	82
Gambar 4.2 Aktivitas Terapi Syukur Saat Pelaksanaan Umrah .....	88
Gambar 4.3 Aktivitas Terapi Syukur Sesudah Pelaksanaan Umrah .....	94
Gambar 4.4 Respon Terapi SYukur .....	97
Gambar 4.5 Makna Syukur .....	106
Gambar 4.6 Terapi syukur terhadap Adversity Quotient .....	119

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Wawancara Jemaah, Pembimbing dan Pengelola .....	155
Lampiran 2 Transkrip Waancara Dengan Jemaah .....	161
Lampiran 3 Transkrip Waancara Dengan Pembimbing.....	187
Lampiran 4 Transkrip Waancara Dengan PT Karya Imtaq .....	191
Lampiran 5 Dokumentasi .....	203

