

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Salah satu permasalahan yang terjadi pada dunia pendidikan khususnya bagi para siswa penghafal Al-Qur'an adalah mengalami stres dalam menghafal. Menghafal dan memahami Al-Qur'an merupakan aktivitas yang terkesan lebih sulit daripada membacanya karena bahasa Al-Qur'an relatif sulit dipahami dan banyak mengandung ayat yang mirip. Maka dari itu, menghafal Al-Qur'an merupakan proses yang membutuhkan banyak waktu, tekad dan kesungguhan serta kerja keras dan daya ingat yang kuat serta motivasi yang besar.

Dalam menghafal Al-Qur'an melibatkan kegiatan psikis, kognitif dan psikomotorik. Penghafal Al-Qur'an biasanya mengalami berbagai tantangan dan permasalahan yang berbeda saat menghafal. Hal tersebut akan menimbulkan dinamika psikologis seperti merasa bahagia ketika mudah dan sedih ketika sulit menghafalnya. Merasa malas, bosan, puas hingga bangga ketika bisa mengingat hafalan yang sudah dihafal serta merasa rendah diri ketika sering lupa.

Akhir-akhir ini banyak sekolah yang membuat program tahfidz baik sebagai komplemen, pokok atau ciri khas. Dalam program tahfidz terdapat aktivitas *ziyadah*, *muroja'ah* dan *tasmi'*. Pada beberapa sekolah, program tahfidz ini diwajibkan oleh pihak sekolah kepada seluruh siswa. Setiap siswa tentu memiliki kemampuan menghafal yang berbeda. Siswa yang mengalami kesulitan dalam menghafal seringkali malah mengalami stres karena tidak mampu memenuhi target

yang ditentukan oleh sekolah.

Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib merupakan sebuah lembaga pendidikan berbasis Islam yang terletak di desa Mekarrahayu kecamatan Margaasih kabupaten Bandung provinsi Jawa Barat. Selain berfokus pada program bahasa asing, Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib ini berfokus juga pada program *Hifdzhil Qur'an* (menghafal Al-Qur'an) dimana para siswa dituntut untuk bisa berbahasa asing dalam kesehariannya serta menghafal Al-Qur'an sesuai target yang telah ditentukan oleh pihak sekolah (Milla, wawancara pribadi, 17 Mei 2023).

Pada survei awal yang telah peneliti lakukan kepada pihak sekolah, bahwasanya di Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib ini terdapat beberapa siswa yang mengalami kesulitan dalam menghafal Al-Qur'an sehingga menyebabkan gangguan stres. Beberapa gangguan stres yang dialaminya antara lain: gangguan emosi, gangguan fisik, gangguan kognitif dan gangguan perilaku. Gangguan-gangguan tersebut muncul pada siswa ketika jam tahfidz tiba dan bahkan setelah selesaipun mereka merasakannya seperti merasa cemas ketika hendak menyetorkan hafalannya kepada pembimbing dan berpikir berlebihan ketika mengulang hafalannya (Milla, wawancara pribadi, 17 Mei 2023).

Stres bisa muncul dari berbagai aktivitas di antaranya dalam aktivitas belajar mengajar, misalnya dalam menghafal Al-Qur'an. Al-Qur'an dikenal sebagai *as-syifa* atau obat, salah satunya untuk mengatasi stres. Namun tuntutan sekolah untuk menghafal Al-Qur'an justru menyebabkan timbulnya gangguan stres dikalangan siswa. Dalam mengatasi hal ini, pihak sekolah memberikan layanan

konseling Islam.

Konseling Islam menempatkan Al-Qur'an sebagai pusat atau sumber utama pada dunia konseling. Konseling Islam ini merupakan proses konseling yang diberikan konselor (pembimbing) kepada konseli (siswa penghafal Al-Qur'an yang mengalami stres menghafal) agar konseli tersebut merasakan ketentraman dalam hidupnya baik di dunia maupun akhirat serta sekaligus dapat membimbing diri konseli pada aktivitas manajemen perkembangan konseli dalam mencapai tingkat perkembangan yang optimal sesuai dengan tuntunan atau ajaran Allah SWT.

Salah satu teknik konseling Islam yang digunakan di MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an yaitu koping. Mekanisme pada teknik koping ini mencakup upaya dalam memperbaiki kondisi melalui tindakan atau perubahan serta upaya agar segera menanggulangi ancaman yang seseorang alami. Dengan kata lain, koping ini merupakan bentuk usaha seseorang dalam mengatasi stres karena tuntutan yang dialami. Dalam proses konseling Islam di Madrasah Aliyah Bina Insan Al-Mawahib, aktivitas koping ini dilakukan oleh siswa penghafal Al-Qur'an yang mengalami stres menghafal, kepala madrasah, pembimbing tahfidz serta guru BK (Milla, wawancara pribadi, 17 Mei 2023).

Hal yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini ialah karena pengendalian emosi yang buruk pada siswa yang menyebabkan munculnya gangguan stres dalam menghafal dan mengulang hafalan Al-Qur'an sehingga layanan konseling Islam menggunakan teknik koping ini dirasakan dapat mengatasi stres menghafal Al-Qur'an pada siswa.

## **B. Fokus Penelitian**

Dari latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah utamanya yaitu “Konseling Islam melalui Teknik Koping Untuk Mengatasi Stres Menghafal Al-Qur’an Pada Siswa”. Dari permasalahan tersebut, pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan antara lain:

1. Bagaimana kondisi stres menghafal Al-Qur’an pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib?
2. Bagaimana proses pelaksanaan konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur’an pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib?
3. Bagaimana hasil dari konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur’an pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka yang akan menjadi tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui kondisi stres menghafal Al-Qur’an pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib.
2. Untuk mengetahui proses pelaksanaan konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur’an pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib.
3. Untuk mengetahui hasil dari konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-qur’an pada siswa kelas XI Madrasah Aliyah Bina

Insan Mulia Al-Mawahib.

#### **D. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan pengetahuan disegala bidang, antara lain:

##### 1. Secara Akademis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperluas ilmu pengetahuan pada bidang bimbingan dan konseling Islam khususnya yang berhubungan dengan pemberian layanan konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an.
- b. Penelitian ini juga diharapkan bermanfaat untuk memberikan informasi bagaimana konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an.

##### 2. Secara Praktis

- a. Bagi guru BK/konselor, penelitian ini dapat menjadi alternatif pemberian layanan bagi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan keahlian untuk memberikan bantuan kepada siswa melalui konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an.
- b. Bagi instansi, penelitian ini dapat dijadikan referensi atau bahan pembelajaran bagi para pembaca khususnya siswa/mahasiswa yang tertarik mengenai konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an.
- c. Bagi masyarakat, penelitian ini dapat berguna untuk bahan bacaan dan

pengetahuan baru agar mereka mengetahui tentang konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an.

#### **E. Hasil Penelitian yang Relevan**

1. Skripsi yang disusun oleh Suarni pada tahun 2020 dengan judul Strategi Koping Santriwati dalam Menghadapi Stres Menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darud Da'wah Wal-Irsyad Lil-Banat Parepare. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode kualitatif. Metode pengumpulan data yang digunakannya adalah wawancara, observasi, dokumentasi dan teknik analisis data triangulasi teori. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor penyebab stres dalam menghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren tersebut yaitu faktor lingkungan yang tidak kondusif antara tugas sekolah dan hafalan yang harus diseimbangkan. Strategi koping yang diterapkan santriwati dalam menghadapi stres menghafal Al-Qur'an yaitu *emotional focused koping* dan *problem focused koping*.
2. Skripsi yang disusun oleh Maulida Rohmatasari pada tahun 2022 dengan judul Konseling Islam dengan Teknik Koping Untuk Mengatasi Stres Kerja Pada Seorang Karyawan di Ds. Kemamang Kec. Balen Kab. Bojonegoro. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses konseling dilakukan dengan menggunakan terapi dzikir dan manajemen waktu. Dengan penerapan terapi dzikir dan manajemen waktu inilah gejala-gejala yang dialami tidak lagi dirasakan oleh konseli.
3. Skripsi yang disusun oleh Muhammad Najmul Umam pada tahun 2017 dengan judul Strategi Koping Santri Putri dalam Bimbingan Menghafal Al-Qur'an di

Pondok Pesantren Nahdlatut Thalibin Tayu Kabupaten Pati Provinsi Jawa Tengah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi koping yang dilakukan santri putri di pondok pesantren tersebut yaitu dengan menumbuhkan kesadaran diri, memilih tempat yang kondusif untuk menghafal Al-Qur'an, sering membaca dan langsung menyeter hafalan kepada guru pembimbing dan *istiqomah* (konsisten).

Dari ketiga penelitian sebelumnya yang telah dipaparkan di atas, terdapat persamaan yang menunjukkan bahwasanya dalam mengatasi stres yakni stres menghafal dan stres kerja ini dapat melalui teknik koping. Adapun perbedaan dari ketiganya yaitu teknik koping yang digunakan dalam menghadapi stresnya berbeda-beda. Hal ini dilakukan sesuai dengan penilaian kebutuhan konseli yang dilakukan oleh konselor atau Guru BK untuk menentukan layanan apa yang dibutuhkan dan apa yang mereka butuhkan.

## **F. Landasan Pemikiran**

### **1. Landasan Teoritis**

Teori-teori yang digunakan untuk melandasi penelitian ini di antaranya; konseling Islam, teknik koping dan stres menghafal Al-Qur'an.

#### **a. Konseling Islam**

Mengacu pada definisi yang dikemukakan oleh Tolbert (2004: 101) bahwa konseling merupakan hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang, yaitu konseli dan konselor dengan keterampilan khusus yang dimiliki konselor. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya

sekarang dan kemungkinan keadaan masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang (Tolbert, dalam Prayitno dan Amti 2004: 101).

Istilah konseling Islam berasal dari kata '*counseling*' yaitu kata dalam bentuk *mashdar* dari '*to counsel*'. Secara epistemologis berarti '*to give advice*' atau memberikan kata nasehat (Samsul, 2015: 11). Konseling Islam merupakan respon kontemporer yang sama dengan pendekatan terapeutik lainnya tetapi juga didasarkan pada pemahaman Islam tentang sifat manusia yang memasukkan spiritualitas dalam proses terapi (Rassool, 2015).

Nama lain konseling Islam adalah konseling qur'ani karena menjadikan Al-Qur'an sebagai rujukan utama dalam pengentasan masalah individu (Ridwan, 2019). Konseling Islam merupakan proses konseling yang berorientasi kepada tujuan pendidikan Islam. Islam yang berwawasan *rahmatan lil alamin* mengemban misi untuk menghantarkan manusia menuju kehidupan sakinah yang menjadi dambaan bagi setiap individu. Kehidupan sakinah ini adalah sebagai ekspresi dari predikat *al nafs al muthmainnah*, yang menurut Al Syarkawi memiliki ciri-ciri sakinah, rida, tawakkal, *ibsyar* dan sabar. Ciri-ciri tersebut akan senantiasa tercermin dalam setiap menghadapi cobaan hidup. Dalam mencapai *al kamalah al akhlaqiyyah* (kesempurnaan budi pekerti) tidak mengenal rasa takut, gelisah dan kegoncangan jiwa karena segala persoalan dikembalikan kepada keputusan dan keridaan Allah SWT semata (Hasan, 1979: 289-290).



## b. Teknik Koping

Koping merupakan perilaku yang terlihat dan tersembunyi yang dilakukan seseorang untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan psikologi dalam kondisi yang penuh stres (Yani, 1997). Rasmun (2004: 29) mengatakan bahwa koping adalah dimana seseorang yang mengalami stress atau ketegangan psikologik dalam menghadapi masalah kehidupan sehari-hari yang memerlukan kemampuan pribadi maupun dukungan dari lingkungan agar dapat mengurangi stress yang dihadapinya.

Dengan kata lain koping adalah proses yang dilalui oleh individu dalam menyelesaikan situasi stressful. Koping tersebut merupakan respon individu terhadap situasi yang mengancam dirinya baik fisik maupun psikologik. Weiten dan Lloyd (2004: 115) mengemukakan bahwa koping merupakan upaya-upaya untuk mengatasi, mengurangi, dan mentoleransi beban perasaan yang tercipta karena stres. Sedangkan menurut Lazarus dan Folkman (1994: 143), koping merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stressful (situasi penuh tekanan).

Berdasarkan beberapa definisi di atas, maka koping diartikan sebagai upaya-upaya yang dilakukan individu dalam menghadapi situasi stres, penuh tekanan atau yang mengancam dirinya dengan menggunakan sumber daya yang ada untuk mengurangi tingkat stres yang dialami.

## c. Stres Menghafal

Stres adalah segala sesuatu dimana tuntutan non-spesifik mengharuskan seorang individu untuk merespons atau melakukan tindakan (Potter dan Perry, dalam Jenita DT Donsu, 2017). Stres didefinisikan sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat memengaruhi keadaan fisik manusia tersebut.

Stres dapat dipandang dalam dua acara, sebagai stres baik dan stres buruk (distres). Stres yang baik disebut stres positif sedangkan stres yang buruk disebut stres negatif. Stres buruk dibagi menjadi dua yaitu stres akut dan stres kronis (Widyastuti, Palupi, 2004). Menurut Charles D. Spielberger, stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya. Stres juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita DT Donsu, 2017).

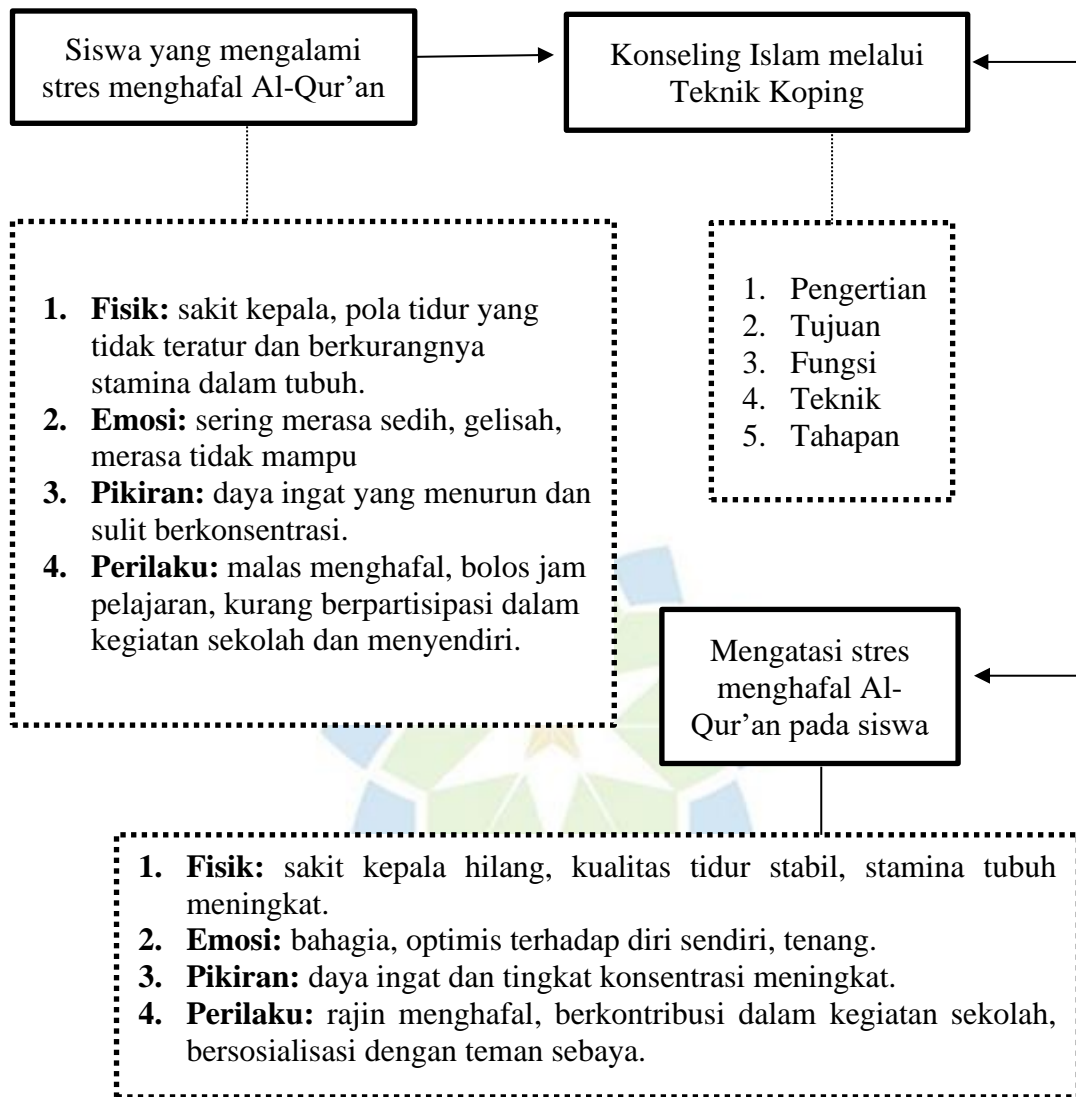
## 2. Kerangka Konseptual

Permasalahan yang ditemukan pada siswa kelas XI MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib adalah stres menghafal Al-Qur'an. Masalah tersebut disebabkan karena adanya tuntutan target hafalan yang cukup tinggi, tuntutan penggunaan dua bahasa asing dalam kesehariannya dan jam pelajaran yang panjang. Siswa khawatir akan tidak tercapainya target hafalan yang ditentukan oleh pihak sekolah karena tidak sesuai dengan kemampuan menghafalnya. Oleh karena itu, stres menghafal merupakan respon siswa terhadap berbagai tuntutan dan dipersepsikan siswa sebagai beban melebihi batas kemampuan yang ditandai dengan berbagai reaksi yang memengaruhi fisik, emosi, pikiran dan perilaku.

Dilihat dari aspek fisiknya, respon yang muncul berupa sakit kepala, kualitas tidur yang tidak stabil dan berkurangnya stamina dalam tubuh. Dari aspek emosi, reaksi yang ditimbulkan berupa sering merasa sedih, gelisah/cemas, dan merasa tidak mampu. Dari aspek pikiran, gejala yang timbul berupa daya ingat yang menurun dan sulit berkonsentrasi. Dan dari aspek perilaku, ditandai dengan adanya perilaku malas menghafal, bolos jam pelajaran, kurang berpartisipasi dalam kegiatan sekolah dan menyendiri.

Dalam membantu mengatasi stres menghafal yang dialami oleh siswa, maka digunakannya konseling Islam melalui teknik koping agar siswa mampu mengatasi stres menghafalnya yang ditandai dengan perubahan pada respon fisik, emosi, pikiran dan perilaku. Hal tersebut dapat digambarkan dengan bagan sebagai berikut:





**Gambar 1.1.**

### Kerangka Konseptual

## G. Langkah-langkah Penelitian

### 1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini bertempat di Madrasah Aliyah Bina Insan Mulia Al-Mawahib Desa Mekarrahayu Kecamatan Margaaasih Kabupaten Bandung. Adapun penulis memilih lokasi tersebut karena terdapat fenomena yang menarik dan adanya faktor

penunjang lainnya yang mendukung serta terdapat siswa yang mengalami stres menghafal Al-Qur'an. Kegiatan penelitian ini dilaksanakan di lokasi tersebut dengan melakukan wawancara langsung kepada pembimbing tahfidz, guru BK dan siswa yang bersangkutan.

## 2. Paradigma dan Pendekatan

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan paradigma konstruktivisme karena paradigma tersebut memandang kebenaran suatu realitas sosial bersifat relatif. Sedangkan pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif yang menghasilkan data deskriptif dari tulisan atau ungkapan dengan tingkah laku yang dapat diobservasi dari manusia. Pendekatan kualitatif merupakan penelitian yang berlandaskan fenomenologi dan paradigma konstruktivisme dalam mengembangkan ilmu pengetahuan (Muslim, 2016 : 81).

## 3. Metode Penelitian

Metode yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif deskriptif. Dengan menggunakan metode ini, peneliti diharapkan dapat menggali informasi secara maksimal agar dapat memberikan gambaran dengan akurat mengenai proses konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an.

## 4. Jenis Data dan Sumber Data

### a. Jenis Data

Jenis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data yang bersifat non statistik, yaitu data yang diambil dalam bentuk kata verbal dan bukan dalam bentuk

angka. Oleh karena itu, jenis data diklasifikasikan sesuai dengan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dan terhindar dari jenis data yang tidak relevan dengan pertanyaan. Adapun jenis data yang dikumpulkan terkait antara lain:

- 1) Kondisi stres menghafal siswa kelas XI di MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib.
- 2) Proses konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an pada siswa kelas XI di MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib.
- 3) Hasil konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an pada siswa kelas XI di MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib.

#### b. Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

##### 1) Sumber data primer

Sumber data primer diperoleh secara langsung dari objek penelitian ini yaitu siswa yang mengalami stres dalam menghafal Al-Qur'an, guru BK, keluarga beserta teman sekelasnya (kelas XI MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib)

##### 2) Data sekunder

Adapun sumber data sekunder ialah data-data yang diambil dari buku-buku, kepustakaan dan bacaan-bacaan lainnya baik artikel, internet, dokumen lainnya yang berkaitan dengan masalah penelitian yang dilakukan.

#### 5. Informan Penelitian

Pada penelitian tentang konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an ini dibutuhkan informan yang paham dan

menguasai masalah serta terlibat langsung dalam masalah penelitian. Informan dalam penelitian ini ialah guru BK, siswa kelas XI MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib dan orangtua maupun keluarga terdekatnya. Teknik penentuan informan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive, yaitu teknik yang dipakai peneliti untuk menentukan informan sesuai dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan yang dimaksud ialah orang-orang yang memiliki kriteria dan dianggap paling tahu mengenai topik penelitian.

Pemilihan informan pada penelitian ini berdasarkan orang-orang yang dianggap mampu dalam memberikan informasi secara akurat dan lengkap yang berkaitan dengan penelitian agar data yang diambil dapat diakui kebenarannya. Adapun kriteria informan yang dipilih dari para siswa kelas XI antara lain sebagai berikut:

- 1) Merupakan siswa MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib
- 2) Merupakan siswa kelas XI
- 3) Memiliki 4 ciri stres menghafal Al-Qur'an
- 4) Bersedia diwawancarai

## 6. Teknik Pengumpulan Data

Untuk menunjang keberhasilan penelitian, teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini antara lain: observasi, wawancara dan dokumentasi.

### a. Observasi

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan observasi tidak terstruktur yakni dengan melakukan pengamatan pada lokasi penelitian—MA Bina Insan

Mulia Al-Mawahib—yang mencakup pencatatan secara sistematis, perilaku, peristiwa, objek yang ditinjau serta hal lain yang dibutuhkan untuk memperoleh data langsung.

#### b. Wawancara

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur terhadap guru BK dan siswa kelas XI MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib yang dilakukan guna mengetahui kondisi lebih lanjut dari objek yang diteliti.

#### c. Dokumentasi

Selain melakukan observasi dan wawancara, peneliti juga menggunakan teknik dokumentasi dalam pengumpulan data yakni dengan mendokumentasikan kegiatan peneliti saat melaksanakan penelitian dan meneliti arsip-arsip atau dokumen yang tersedia di MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib yang dapat membantu kematangan data pada penelitian ini.

#### 7. Teknik Penentuan Keabsahan Data

Teknik triangulasi sumber merupakan teknik yang digunakan peneliti pada penelitian ini. Peneliti mencatat dan menganalisis kembali data yang diperoleh dari berbagai sumber termasuk informan yang secara jelas peneliti mengetahui secara langsung di lapangan.

#### 8. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan peneliti ialah analisis deskriptif. Dalam penelitian ini peneliti mengurai dan menginterpretasikan hasil temuan di lapangan dan dihubungkan secara literatur kepustakaan. Maka dari itu digunakannya analisis



deskriptif karena informasi dan data yang didapat berupa sifat, sikap dan perilaku dari gejala-gejala individu atau kelompok tertentu. Adapun langkah-langkah analisis data antara lain sebagai berikut:

a. Reduksi data

Dari data yang sudah terkumpul, peneliti memilih hal-hal pokok dan berfokus pada hal tersebut serta menghapus data yang tidak penting.

b. Penyajian data

Setelah sampai pada langkah reduksi data, selanjutnya peneliti menyusun data dan menyajikannya secara jelas pada laporan penelitian. Bentuk penyajian datanya berupa teks naratif, grafik dan bagan. Bentuk-bentuk inilah yang menggabungkan informasi secara tersusun dalam suatu bentuk yang mudah dicapai sehingga memudahkan peneliti melihat apa yang sedang terjadi.

c. Verifikasi/kesimpulan

Pada langkah ini peneliti menganalisis fokus penelitian secara jelas yang berkaitan dengan konseling Islam melalui teknik koping dalam mengatasi stres menghafal Al-Qur'an pada siswa kelas XI MA Bina Insan Mulia Al-Mawahib.