

ABSTRAK

Yuliyani Aura Putri : Bimbingan Rohani Melalui Pendekatan Terapi Shalawat Jibril Untuk Mengatasi Stres Pada Ibu Rumah Tangga (Penelitian Di Majelis Taklim Zikir dan Shalawat SIJITU Kecamatan Majalaya)

Stres pada ibu rumah tangga sering diabaikan begitu saja, hal tersebut dapat menjadi tekanan yang menghadapkan mereka pada tingkatan stres yang cukup tinggi. Sehingga mereka membutuhkan sisi spiritual untuk mencapai kebahagiaan hidupnya. Maka, bimbingan rohani melalui pendekatan terapi shalawat Jibril diyakini mampu memberikan ketenangan pada batin seseorang sehingga dapat meredakan gejala stres.

Tujuan dari penelitian ini ialah: (1) Mengetahui kondisi stres ibu rumah tangga di lingkungan Majelis Taklim Zikir dan Shalawat SIJITU, (2) Mengetahui proses bimbingan rohani melalui pendekatan terapi shalawat Jibril dalam mengatasi stres pada ibu rumah tangga di Majelis Taklim Zikir dan Shalawat SIJITU, dan (3) mengetahui hasil yang dicapai dalam bimbingan rohani melalui pendekatan terapi shalawat Jibril untuk mengatasi stres pada ibu rumah tangga di Majelis Taklim Zikir dan Shalawat SIJITU.

Penelitian ini berlandaskan pada teori bimbingan rohani yang digabung dengan pendekatan terapi shalawat untuk mengoptimalkan keberhasilan dalam mengatasi stres pada ibu rumah tangga. Metode yang digunakan ialah metode kualitatif melalui teknik observasi, wawancara, dokumentasi dan studi literasi.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Kondisi stres pada ibu rumah tangga ditandai dengan adanya perubahan emosional negatif pada diri individu. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai tekanan dan kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar, (2) Proses bimbingan rohani dilakukan dengan pendekatan terapi shalawat Jibril dengan cara memberikan dukungan emosional kepada individu, dilanjutkan dengan memberikan perlakuan terapi dan tindak lanjut, (3) Hasil dari proses bimbingan rohani melalui pendekatan terapi shalawat Jibril menunjukkan adanya perubahan perilaku yang positif pada ibu rumah tangga, terlihat dari perubahan emosional yang lebih baik, lebih tenang dan lebih bersyukur dalam menjalani kehidupannya.

Kata Kunci : Bimbingan Rohani, Terapi Shalawat Jibril, Stres Ibu Rumah Tangga