

**PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN KONSELING RASIONAL  
EMOTIF BEHAVIOUR DENGAN TEKNIK MINDFULNESS  
(MEDITASI RUQIAH) UNTUK MENINGKATKAN AKHLAK MULIA  
SISWA DI PONDOK PESANTREN**

**TESIS**

Oleh:

**ACH. FIRMAN ILAHI**

**NIM 2029111001**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING**

**PASCASARJANA**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

**2022**

**UNDIKSHA**

**PENGEMBANGAN BUKU PANDUAN KONSELING RASIONAL  
EMOTIF BEHAVIOUR DENGAN TEKNIK MINDFULNESS  
(MEDITASI RUQIAH) UNTUK MENINGKATKAN AKHLAK MULIA  
SISWA DI PONDOK PESANTREN**

**TESIS**

Diajukan Kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Persyaratan  
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan  
Program Studi Bimbingan Konseling

Oleh:

**ACH. FIRMAN ILAHI**

**NIM 2029111001**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING**

**PASCASARJANA**

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

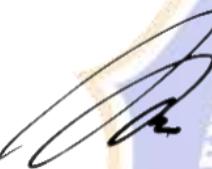
**2022**

## **LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Tesis oleh Ach. Firman Ilahi ini telah dilakukan pemeriksaan dan disetujui untuk selanjutnya mengikuti ujian Tesis

Singaraja, 3 Juli 2022

Pembimbing I

  
**Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons.**

NIP 198208162008121002

Pembimbing II

  
**Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons.**

NIP 195708011983031003

## **LEMBAR PERSETUJUAN TIM PENGUJI**

Tesis oleh Ach. Firman Ilahi ini telah dipertahankan di depan penguji dan telah dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Magister Pendidikan di Program studi Bimbingan dan Konseling Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha (UNDIKSHA).

Disetujui pada tanggal: 20 Juli 2022

oleh

### **Tim Penguji**

..... Ketua (Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons.)

NIP 195703031983032001

..... Anggota (Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons.)

NIP 198208162008121002

..... Anggota (Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd. Kons.)

NIP 195708011983031003

..... Anggota (Prof. Dr. Nyoman Dantes)

NIDK 8828123419

..... Anggota (Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi.)

NIP 195912311984031009

Mengetahui

Direktur Pascasarjana Undiksha,

Prof. Dr. I Gusti Putu Suharta, M.Si.

NIP 196212151988031002

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya suran sebagai syarat untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan dan Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha seluruhnya merupakan hasil karya saya sendiri. Bagian-bagian tertentu dalam penulisan tesis yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas dan sesuai dengan norma, kaidah, serta etika akademis.

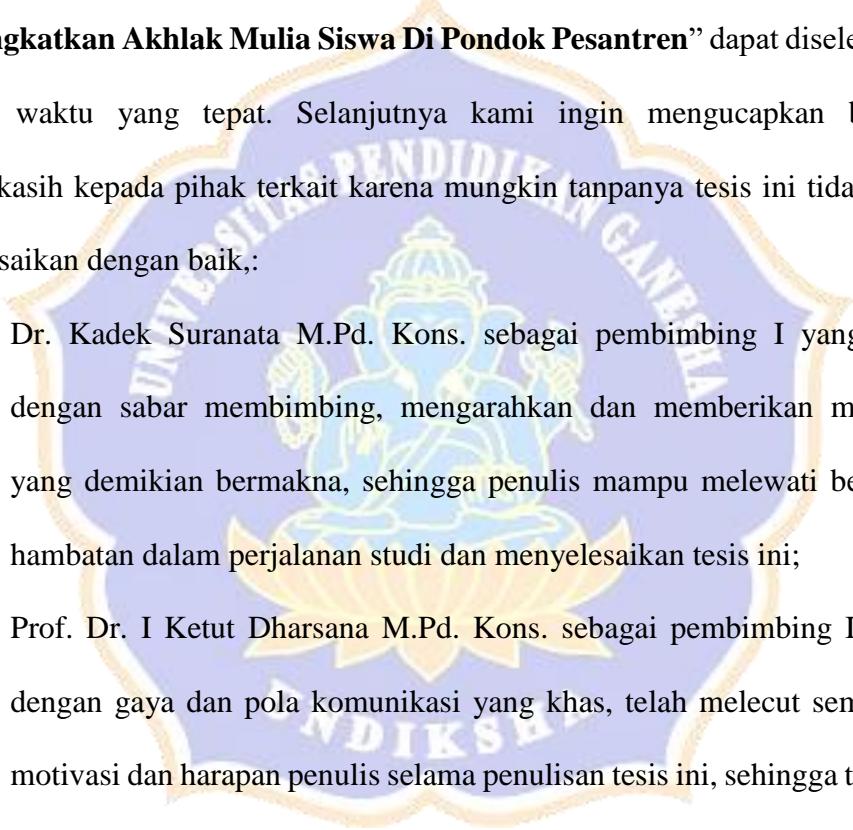
Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian tesis ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia.

Singaraja, 14 Juli 2022

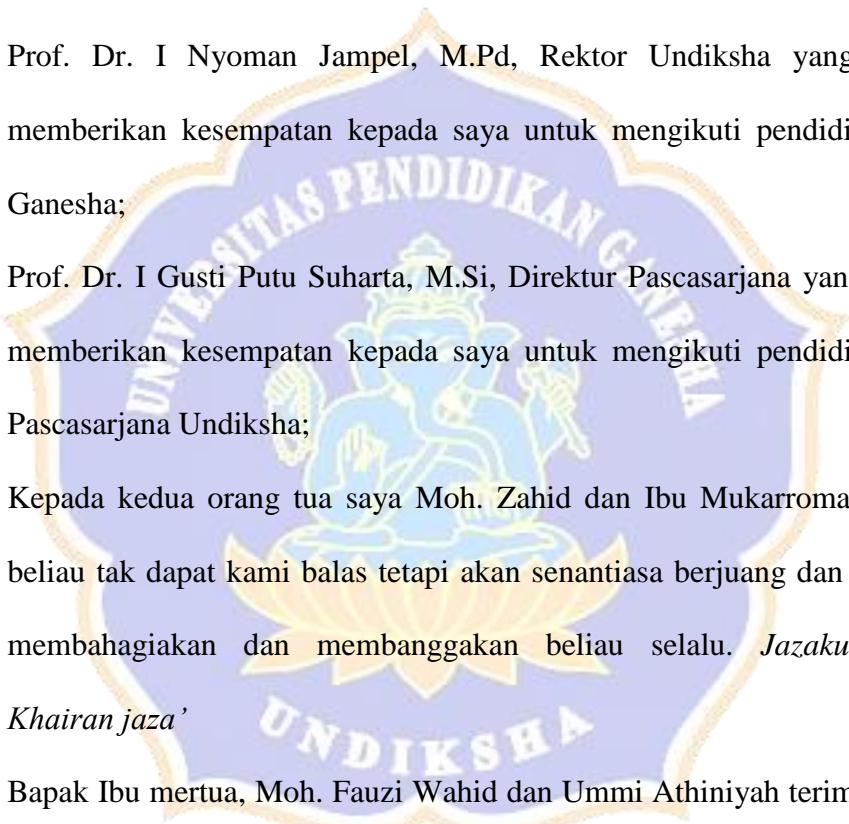


Ach. Firman Ilahi

## **PRAKATA**

Syukur Alhamdulillah kepada Tuhan Yang Maha Esa, sehingga tesis yang berjudul “**Pengembangan Buku Panduan Konseling Rasional Emotif Behaviour Dengan Teknik Mindfulness (Meditasi Ruqiah) Untuk Meningkatkan Akhlak Mulia Siswa Di Pondok Pesantren**” dapat diselesaikan dalam waktu yang tepat. Selanjutnya kami ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak terkait karena mungkin tanpanya tesis ini tidak akan terselesaikan dengan baik,: 

1. Dr. Kadek Suranata M.Pd. Kons. sebagai pembimbing I yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan dan memberikan motivasi yang demikian bermakna, sehingga penulis mampu melewati berbagai hambatan dalam perjalanan studi dan menyelesaikan tesis ini;
2. Prof. Dr. I Ketut Dharsana M.Pd. Kons. sebagai pembimbing II yang dengan gaya dan pola komunikasi yang khas, telah melecut semangat, motivasi dan harapan penulis selama penulisan tesis ini, sehingga tesis ini dapat terwujud dengan baik sesuai harapan;
3. Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S.,Kons, selaku Pembimbing Akademik, ketua sidang dan juga Koorprodi atas segala pelayanan, motivasi dan saran yang diberikan;

- 
4. Prof. Dr. Nyoman Dantes selaku Dosen dan juga penguji tesis yang telah memberikan arahan serta koreksi terhadap kesempurnaan tesis;
  5. Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi. sebagai penguji tesis yang telah memberikan arahan dan saran sehingga hasil yang didapat semakin maksimal;
  6. Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd, Rektor Undiksha yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Ganesha;
  7. Prof. Dr. I Gusti Putu Suharta, M.Si, Direktur Pascasarjana yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti pendidikan di Pascasarjana Undiksha;
  8. Kepada kedua orang tua saya Moh. Zahid dan Ibu Mukarromah, jasa beliau tak dapat kami balas tetapi akan senantiasa berjuang dan berusaha membahagiakan dan membanggakan beliau selalu. *Jazakumullah Khairan jaza'*
  9. Bapak Ibu mertua, Moh. Fauzi Wahid dan Ummi Athiniyah terimakasih atas segalanya semoga Allah mengganti dengan yang lebih baik.
  10. Kepada istri saya Shofwatul Widad semoga senantiasa menjadi istri yang baik dan sholehah, serta senantiasa berbakti kepada suami dan kelak

menjadi ibu yang baik sebagai sumber sekolah pertama untuk anak-anak kita nanti;

11. Kepada anakku Hanna Mahira al-Aminah, semoga kelak engkau bisa menjadi lebih baik, menjadi anak yang solehah yang berbakti kepada orang tua, bermanfaat untuk agama nusa dan bangsa,
12. Teman teman Pascasarjana BK 2022 senasib seperjuangan semoga kita senantiasa menjadi orang yang bermanfaat dan sukses, aamiin.
13. Dan semua pihak yang terkait, Kepala SMP, Guru BK serta pihak pihak lain yang tak mampu kami sebutkan satu persatu.

Semoga Tuhan menggantinya dengan yang lebih baik



## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	8
1.3. Pembatasan.....	8
1.4. Rumusan Masalah .....	9
1.5. Tujuan Penelitian.....	9
1.6. Manfaat dari penelitian.....	10
1.7. Produk Penelitian .....	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	13
2.1. Akhlak .....	13
2.3.1. Definisi .....	13
2.3.2. Konsep Dasar Akhlak Mulia Dalam Islam.....	14
2.3.3. Macam macam akhlak .....	15
2.2. Rasional Emotif Behaviour .....	18
2.3. Teknik Konseling Mindfulness .....	30

2.3.1. Definisi .....	30
2.3.2. Aspek-Aspek Mindfulness .....	31
2.3.4. Manfaat Mindfulness.....	32
2.4. Penelitian Terdahulu.....	33
2.5. Ruqyah.....	35
2.6. Rancang Bangun.....	40
2.7. Buku Panduan.....	41
2.8. Kerangka Konseptual .....	43
2.9. Perumusan Hipotesis .....	44
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>45</b>
3.1. Prosedur penelitian Pengembangan.....	46
3.2. Subjek Penelitian .....	50
3.3. Tahap Pengumpulan Data.....	51
3.4. Instrumen.....	51
3.5. Metode Analisis Data .....	54
3.5.1. Uji validitas .....	54
3.5.2. Uji Efektivitas.....	55
3.6. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>61</b>
4.1. Rancang Bangun Buku Panduan .....	61
4.2. Prosedur Pengembangan Produk.....	62
4.4. Uji Produk .....	65

BAB V PENUTUP.....	72
5.1. Kesimpulan.....	72
5.2. Saran .....	73
DAFTAR PUSTAKA .....	74
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	



## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1: Hasil perhitungan korelasi product moment .....	53
Tabel 2: Kriteria penilaian validitas Aiken .....	54
Tabel 3: Klasifikasi N-Gain Score .....	56



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1: Surat keterangan penelitian

Lampiran 2: Lembar Validasi

Lampiran 3: Buku Panduan

Lampiran 4: Hasil validasi ahli

Lampiran 5: Validasi empirik kepada siswa

