

TERAPI *HUSNUDZON*: SOLUSI DALAM MEMBANGUN

KEHARMONISAN PERTEMANAN SANTRI

Akhmad Rudi Masrukhin^{1*}, Puji Maulana², Muhammad Syarofi³ Khoiro A'yun⁴

^{1,2} *Dosen Universitas Al-Falah Assunniyyah, Jember, Indonesia*

³ *Fakultas Tarbiyah dan Pendidikan agama islam, LAI Al-falah As-Sunniyah, Jember, Indonesia*

*Corresponding author: rudyady@gmail.com

ABSTRAK

Pondok Pesantren merupakan tempat tinggal santri-santri dengan berbagai macam latar belakang dan kepribadian. Mereka kerap memiliki masalah atau konflik dalam pertemanan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulangi ketika terjadi permasalahan dalam pertemanan yaitu melalui kegiatan terapi *Husnudzon*, terapi *Husnudzon* adalah pengobatan alam pikiran dan gangguan psikis melalui metode psikologis dengan cara mengubah pola pikir setiap individu yang mampu bebas dari prasangka buruk dan emosi yang lain. *Husnudzon* akan mengantarkan hidup seseorang ke dalam kehidupan yang lebih indah, bermakna, dan damai. Sebaliknya, seseorang yang pikirannya senantiasa diselimuti sikap *Suudzon*, akan memandang sesuatu dengan kejelekan yang membuat hidupnya tidak akan tenang, cemas, dan gelisah, dan semua orang akan terlihat bak musuh dalam selimut, muka dua, penjahat, pengkhianat, dan lain-lain. Terapi *Husnudzon* ini bertujuan untuk mengenali pola pikir negatif dan memahaminya serta menggunakan pola pikir baru untuk menghadapi peristiwa-peristiwa kehidupan yang akan datang. Layanan ini ditujukan untuk santri tingkat aliyah Pondok Pesantren Assunniyyah yang menyandang permasalahan dalam pertemanan. Kegiatan ini dilaksanakan menggunakan pendekatan *Empowerment-Based Research* (Pemberdayaan Berbasis Riset) atau EBR dengan empat tahapan, yaitu *exploration, create and action, evaluation serta report dan dissemination*. Hasil kegiatan terapi *Husnudzon* ini menunjukkan Meningkatnya kepercayaan diri dan selalu berpikir positif, serta Keharmonisan hubungan pertemanan antara sesama santri semakin membaik.

Kata Kunci: Terapi *Husnudzon*, Santri, Pertemanan

ABSTRACT

Pondok Pesantren are the residence for students with various backgrounds and personalities. They often encounter problems or conflicts in their friendships. One of the efforts that can be undertaken to address these issues in friendship is through *Husnudzon* therapy. *Husnudzon* therapy is a treatment for the mind and psychological disorders through psychological methods by changing the thought patterns of individuals, enabling them to free themselves from negative prejudices and other emotions. *Husnudzon* leads one's life towards a more beautiful, meaningful, and peaceful existence. Conversely, someone whose mind is constantly clouded by suspicion will perceive everything with negativity, making their life restless, anxious, and filled with mistrust, seeing everyone as enemies, two-faced, villains, betrayers, and so on. The purpose of *Husnudzon* therapy is to identify negative thought patterns, understand them, and adopt new thought patterns to face future life events. This service is aimed at high school-level students at Assunniyyah Islamic Boarding School who are facing friendship issues. The activities are carried out using an *Empowerment-Based Research* (EBR) approach with four stages: *exploration, create and action, evaluation, and report and dissemination*. The results of *Husnudzon* therapy activities show an increase in self-confidence and a tendency to think positively, as well as an improvement in the harmony of friendships among fellow students

Keywords: *Husnudzon* Therapy, Santri, Friendship

1. PENDAHULUAN

Pondok Pesantren adalah suatu lembaga pendidikan yang menjadi tempat tinggal bagi anak-anak selama mengikuti program pengajaran. Di Indonesia, Pondok Pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam tertua dan asli produk budaya Indonesia, bahkan istilah Pesantren sudah lama dikenal oleh masyarakat di Indonesia, (Mastuhu,1994). Di dalam Pesantren terdapat asrama, kyai dan beberapa prosedur lainnya. Salah satunya adalah santri, santri merupakan murid yang sedang belajar dipondok pesantren, dimana santri-santri tersebut belajar mendalami ilmu agama. Santri dihadapkan pada situasi hidup terpisah dengan orangtua kemudian bertemu dengan orang-orang baru sesama santri, tentunya memerlukan kemampuan penyesuaian diri. Dalam hal ini dibutuhkan kemampuan penyesuaian diri dan kemauan yang besar dari santri itu sendiri untuk mengikuti setiap kegiatan yang dilaksanakan di Pondok Pesantren.

Kehidupan di pondok pesantren serupa dengan kehidupan dalam lingkungan keluarga namun lebih terstruktur dan disiplin. Di Pondok Pesantren ada bapak (ustad atau kyai) sebagai pengganti orang tua, ada peraturan-peraturan secara tertulis maupun tidak tertulis, dan seperangkat fasilitas yang menyerupai fasilitas dalam kehidupan keluarga di rumah. Karena lingkungan di Pondok Pesantren yang menyerupai lingkungan keluarga namun lebih formal, maka kehidupan di Pondok Pesantren, santri dapat dikondisikan untuk membentuk sikap dan kepribadian yang lebih baik (Kompri, 2018).

Menurut Lathif (2016), selain mementingkan dengan pembelajaran ilmu keagamaan, pesantren juga mengajarkan mengenai kesederhanaan dan arti persahabatan, seperti makan bersama, mengantri mandi bersama, pergi ke masjid bersama, saat satu orang berbuat kesalahan maka semua mendapat hukuman, dan saat salah satu santri dibawakan makanan dari orang tuanya, santri saling berbagi dengan santri-santri lainnya. Kehidupan santri yang tinggal di pondok pesantren akan hidup berkelompok bersama dengan santri lainnya seperti dalam melakukan kegiatan belajar mengajar, mengaji, sholat wajib berjamaah dan lain-lain, dan dikarenakan penghuni asrama menempati kamar yang sama, otomatis santri akan merasa dekat dengan teman satu asramanya, namun pondok pada laki-laki maupun perempuan tinggal terpisah.

Hartup dan Abecassis (2002) mengemukakan bahwa kehadiran teman baik hanya akan dapat bermanfaat jika relasi pertemanan yang dimilikinya benar-benar berkualitas. Di dalam Pondok Pesantren santri juga diajarkan bagaimana berperilaku yang sepatutnya, saling berbagi, saling tolong menolong, saling bekerja sama kepada temannya, tentunya dari hal tersebut dapat menumbuhkan kualitas persahabatan. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Mendelson (Brendgen dkk., 2001) kualitas persahabatan adalah suatu proses bagaimana fungsi persahabatan (hubungan pertemanan, pertolongan, keintiman, kualitas hubungan yang dapat diandalkan, pengakuan diri, rasa aman secara emosional) terpuaskan. Dari kedekatan satu sama lain tersebut, maka santri dapat membentuk sebuah persahabatan yang berkualitas. Bagaimana anak mampu beradaptasi yang baik dengan teman satu asramanya.

Dari persahabatan juga, individu mulai dapat belajar untuk mengerti dan memahami orang yang ada di sekitarnya. Persahabatan akan membuat individu lebih dewasa dan bersikap bijak dalam menjalani hidup. Persahabatan bukan hanya menyatukan kesamaan yang ada pada diri seseorang namun juga perbedaan. Pertemanan yang dimiliki oleh santri tersebut tidak selalu berjalan dengan baik, terkadang mereka juga menghadapi masalah baik yang disebabkan sesuatu dari luar maupun dari dalam pertemanan itu sendiri. Ketika pertemanan itu sendiri sedang dalam permasalahan, santri yang memiliki kedekatan dalam pertemanan cenderung berupaya memulai untuk berkomunikasi dan menyelesaikan perselisihan dengan tujuan

mempertahankan kebersamaan. Seperti yang dikatakan oleh Hartup (dalam Brendgen, dkk, 2001) kualitas persahabatan adalah hubungan persahabatan yang memiliki aspek kualitatif pertemanan, dukungan dan konflik.

Kualitas persahabatan ditentukan bagaimana suatu hubungan persahabatan berfungsi secara baik dan bagaimana pula seseorang dapat menyelesaikan dengan baik apapun masalah yang ada. Di dalam penyelesaian masalah tersebut posisi yang setara sangat penting untuk lebih mudah menemukan jalan keluar. Mereka harus sama-sama memiliki kesempatan untuk mengutarakan ungkapan masing-masing dan mereka adalah sama dalam pertemanan tersebut tidak peduli di luar ada yang lebih tua atau lebih pintar.

Menurut Weiss (dalam TillmannHealy, 2003) bahwa teman itu datang dan berkumpul bersama karena adanya kesenangan, rasa akan kebersamaan, dan afiliasi emosional. Sahabat tidak selalu sependapat, tapi sahabat dapat mengatasi konflik dengan lebih baik dari pada yang bukan teman. Sahabat lebih berhasil dalam mengkomunikasikan sesuatu dan bertukar informasi satu sama lain. Terkadang, di dalam hubungan persahabatan rentan terhadap permasalahan yang selalu ada mewarnai hubungan tersebut, biasanya masalah yang timbul ketika salah satu pihak menolak kesukaan/pilihan atau keinginan pihak lain. Terlebih lagi, jika dalam permasalahan itu salah satu pihak menyalahkan pihak lainnya seperti mengingkari janji, menceritakan rahasia pribadi kepada orang lain kesalahpahaman atau kurangnya stabilita emosi itu sendiri dalam berinteraksi dengan orang lain.

Permasalahan yang terjadi pada santri dalam pondok pesantren sudah menjadi tanggung jawab pesantren itu sendiri dan biasanya di dalamnya sudah ada kiai (ustadz yang berperan sebagai orang tua santri di pondok pesantren untuk membantu menyelesaikan masalah tersebut. Jika masalah yang terjadi kepada santri di pondok pesantren berlanjut dan tidak adanya pemaafan maka akan mempengaruhi persahabatan itu sendiri. Seperti yang dikatakan oleh Firmansyah (2012) bahwa dalam kegiatan bermasyarakat, seseorang akan sering melakukan interaksi satu sama lain dan banyak yang akhirnya melakukan kesalahan.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menanggulangi ketika terjadi permasalahan dalam pertemanan yakni dengan kemampuan selalu berprasangka baik atau *Husnudzon*. *Husnudzon* merupakan bagian dari mahabbah, ia akan mengantarkan orang kepada prasangka yang baik untuk mencapai kebahagiaan dan mencapai derajat yang tinggi. Lawan dari *Husnudzon* adalah *Su'udzon*, yakni berprasangka buruk. Jika manusia memiliki sifat *Su'udzon* kepada setiap makhluk, yang ada ia akan terjerumus kepada kehancuran.

Penelitian Siti Ainur Rochmah (2019) menjelaskan bahwasanya terapi *Husnudzon* adalah pengobatan alam pikiran dan gangguan psikis melalui metode psikologis dengan cara mengubah pola pikir setiap individu yang mampu bebas dari prasangka buruk dan emosi yang lain. Ada 3 komponen yang terdapat dalam terapi *Husnudzon*, yakni berpikir positif kepada Allah yang terdapat dalam surat As-Saba ayat 34 dan surat Ali Imron ayat 191. Kemudian berpikir positif pada diri sendiri terdapat dalam surat Ad-Dhuha ayat 3, dan berpikir positif kepada sesama manusia terdapat dalam surat Al-Hujurat ayat 49.

Menurut Ibrahim Elfiky (2005) Terapi *Husnudzan* sebagai representasi pola pikir yang positif dalam tradisi Islam menarik kalangan akademisi dan praktisi di bidang kesehatan. Hal yang membedakan antara konsep berpikir positif dalam kajian psikologi modern dan perspektif Islam adalah bahwa terapi *Husnudzan* tidak dapat dilepaskan dari keyakinan individu beragama terhadap eksistensi Allah yang Maha Pengasih dan Penyayang (*Rahman dan Rabiim*). Terapi *Husnudzon* menitikberatkan pada kognitif setiap individu. Strategi yang dapat digunakan dalam *Husnudzon* bermacam-macam, yaitu dengan strategi mengubah masa lalu, strategi teladan, dan strategi orang lain. Terapi *Husnudzon* ini bertujuan untuk mengenali pola pikir negatif dan memahaminya serta menggunakan pola pikir baru untuk menghadapi peristiwa-peristiwa kehidupan yang akan datang.

Berdasarkan adanya kejadian yang terlihat di pesantren, perlu kiranya mendapat perhatian yang serius baik dari kiyai, pengurus pesantren, maupun wali kelas. Meski dalam bantuan mereka untuk dapat menyelesaikan permasalahan, santri dituntut juga untuk bisa mencari solusi sendiri yang tepat guna meredakan masalah yang ada dan memperbaiki hubungan antara keduanya agar menjadi lebih baik. Oleh karena itu kami tertarik untuk mengadakan kegiatan terapi *Husnudzon* melalui Layanan Bimbingan Konseling Islami untuk memperbaiki hubungan pertemanan santri tingkat Aliyah di PP. Assunniyyah Putri Kencong.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pemberdayaan berbasis riset, dimana peneliti melakukan riset untuk menemukan solusi efektif pada sebuah permasalahan yang ada di lingkungan sekitar, lalu menyusun program kerja yang nantinya akan diimplementasikan dalam bentuk aksi yang bertujuan untuk memberdayakan masyarakat dengan menggunakan metode *EBR (Empowerment Based Research)* dengan tahapan *ECA-EVARED (Exploration, Create and Action, Evaluation, dan Report and Dissemination)*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Terapi Husnudzon

Husnudzon adalah salah satu sikap terpuji yang harus dimiliki umat Muslim. *Husnudzon* berasal dari bahasa Arab “*husnu*” yang memiliki arti baik, sementara “*az-zan*” berarti prasangka. Dari kedua kata tersebut, *Husnudzon* memiliki arti berprasangka baik. Secara istilah, *Husnudzon* adalah sikap dan cara pandang yang menyebabkan seseorang melihat sesuatu secara positif atau mampu melihat dari sisi positif. Setiap Muslim dianjurkan untuk mengedepankan sikap *Husnudzon* dalam menghadapi sesuatu yang datang kepadanya. Roli Abdul Rohman (2009)

Namun, Islam juga menekankan untuk tetap bersikap hati-hati dalam menghadapi sesuatu yang belum jelas kebenarannya. Sikap positif yang melandasi pandangan seseorang, tidak boleh mengabaikan sikap hati-hati agar tidak terjerumus ke dalam kesalahan. *Husnudzon* akan mengantarkan hidup seseorang ke dalam kehidupan yang lebih indah, bermakna, dan damai. Sebaliknya, seseorang yang pikirannya senantiasa diselimuti sikap *Sudzon*, akan memandang sesuatu dengan kejelekan yang membuat hidupnya tidak akan tenang. *Su'uzdan* atau berburuk sangka adalah perbuatan yang tidak diperbolehkan karena dapat mengakibatkan permusuhan dan retaknya persaudaraan. yatimin Abdullah (2007)

Kegiatan Terapi *Husnudzon* melalui layanan Bimbingan Konseling Islam untuk memperbaiki hubungan pertemanan sesama santri dalam program pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 6% dari rencana awal 4% saja. PP. Assunniyyah yang merupakan Pondok pesantren besar yang didomili oleh ribuan santri, terdata sejumlah 403 santri untuk tingkat Aliyah. Disamping itu, para santri atau ditingkat Aliyah secara khusus menurut hasil observasi bersama pengurus pesantren kerap terjadi kasus ketimpangan sosial diantara sesama santri.

Setelah melakukan musyawarah dengan pengurus pesantren kami menemukan kepastian solusi dari masalah tersebut. Kegiatan terapi *Husnudzon* melalui layanan bimbingan konseling islam jawabannya. Setelah proses identifikasi dan pembentukan kelompok, Kegiatan terapi *Husnudzon* kami laksanakan melalui layanan Bimbingan Konseling Islam. Berdasarkan hasil evaluasi hubungan pertemanan santri membaik 70%. Sedangkan pengaruhnya pada santri yang kurang memahami tentang kegiatan tersebut, masih dalam tahap penyadaran oleh pihak pengurus pesantren.

Rincian dari hasil tersebut diantaranya diantaranya: Santri dapat memahami manfaat *Husnudzon*. Santri dapat memahami akibat jika tidak mau ber-*Husnudzon*, Santri menjadi

memahami terkait pentingnya Husnudzon kepada orang lain dalam kehidupan social, Meningkatkan kepercayaan diri dan selau berpikir positif, Santri menjadi terlatih untuk selalu menanamkan prasangka baik dan tidak mencari kesalahan orang lain, Meningkatnya nilai ukhwah antar santri.

3.2. Proses dan Tahapan Terapi Husnudzon

Program PkM-BR tentang terapi *Husnudzon* melalui Layanan Bimbingan Konseling Islami untuk memperbaiki hubungan pertemanan santri seharusnya bisa dilakukan oleh banyak pihak. Karena pentingnya peningkatan nilai Ukhwah antar sesama santri dan antar sesama muslim secara umum. Jika banyak pihak yang mendukung kegiatan ini, atau pengurus pesantren mempunyai perhatian lebih, maka sasaran yang dicapai akan semakin luas. Dengan minimnya biaya yang dikeluarkan membuat program ini bisa disebarakan oleh siapa saja, dan meneruskan kepada orang lain, melalui proses pendampingan sebagaimana berikut:

3.2.1. Memetakan dan Menetapkan Santri yang Memiliki Permasalahan dalam Persahabatan.

Sebelum kita melakukan kegiatan Bimbingan dan Konseling Islam terlebih dahulu yang kita lakukan adalah memetakan dan menetapkan kasus tentang siswa yang memiliki permasalahan dalam pertemanan. Kasus ditetapkan berdasarkan data kolaborasi antara pengurus pesantren, wali kelas, dan ketua asrama.

3.2.2. Komunikasi dengan Stakeholder

Setelah mendapatkan data kolaborasi dari pengurus pesantren wali kelas dan ketua asrama, selanjutnya kami berkomunikasi dengan pengurus pesantren terkait rencana kegiatan Bimbingan Konseling Islam yang dilaksanakan untuk membantu siswa yang mengalami permasalahan dalam persahabatan.

3.2.3. Membentuk Kelompok Bimbingan

Adapun tahapan pembentukannya meliputi:

- a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan Bimbingan Konseling Islam kepada anggota kelompok
- b. Menjelaskan cara-cara, dan asas-asas kegiatan kelompok.
- c. Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
- d. Penghangatan
- e. Pengakraban

3.2.4. Peralihan

Tahap peralihan meliputi:

- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh
- b. Menawarkan sambil mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
- c. Membahas susana yang terjadi
- d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

3.2.5. Kegiatan

Tahap kegiatan meliputi:

- a. Melaksanakan proses Bimbingan kepada santri yang mempunyai masalah dalam persahabatan dalam hal ini kami menjelaskan tentang tentang sikap *Husnudzon*

- b. Tanyajawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut topik yang dikemukakan oleh pemimpin kelompok.
- c. Anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas.
- d. Kegiatan selingan yaitu kuis untuk menambah maraknya kegiatan.

Adapun kegiatan terapi *Husnudzon* ini menarget 12 santri tingkat Aliyah PP. Assunniyyah putri yang menyandang permasalahan dalam pertemanan mereka yang dengan adanya kegiatan ini diharapkan; Hubungan persahabatan dan persaudaraan antara sesama santri akan lebih baik karena kebiasaan berbaik sangka akan menghindarkan keretakan hubungan, dan Terhindar dari rasa iri hati karena turut menghargai kemajuan yang didapat oleh orang lain, Membuat jiwa menjadi tenang sebab terhindar dari keresahan dan hati yang gelisah karena di penuhi prasangka buruk terhadap orang lain.

Bentuk kreasi yang telah dirancang, kemudian dilaksanakan dalam program pemberdayaan dalam kurun waktu lebih kurang 15 hari yang dibagi menjadi beberapa tahapan yaitu; Tahap 1 tgl 11 september memetakan dan menetapkan santri yang memiliki permasalahan dalam pertemanan, Tahap 2 tgl 12 september berkomunikasi dengan pengurus pesantren dan kepala madrasah aliyah dan orangtua, Tahap 3 tgl 13 September, membentuk kelompok bimbingan, Tahap 4 tgl 14 - 24 September, Melaksanakan proses bimbingan dan konseling islam kepada santri yang mempunyai masalah dalam pertemanan, Tahap 5 tgl 25 September melakukan evaluasi proses dan menganalisis keberhasilan dari bimbingan konseling islam dalam mengatasi permasalahan dalam pertemanan santri.

Strategi yang digunakan dalam program ini yaitu; membentuk kelompok bimbingan, Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh, Membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, mengidentifikasi permasalahan dalam pertemanan santri, Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, Anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas, mengeksplorasikan masalah dengan persepektif islami, mengedukasi santri tentang pentingnya sikap *Husnudzon*, anggota mengemukakan pesan dan harapan, dan Pengakhiran.

3.2.6. Pengakhiran

Tahap Pengakhiran meliputi:

- a. Pembimbing kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri.
- b. Pembimbing kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan.
- c. Membahas kegiatan lanjutan.
- d. Mengemukakan pesan dan harapan.

3.2.7. Evaluasi dan Disemenisi

Step by step dari program ini semua di evaluasi mulai dari; evaluasi tujuan, evaluasi capaian, evaluasi sasaran, evaluasi tahapan, evaluasi waktu, evaluasi strategi, evaluasi program, evaluasi dampak, dan evaluasi *sustainability* untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan dan efisiensi program yang di selenggarakan.

Bahwa dari target santri yang menjalani terapi telah sesuai dengan rencana. Pelaksanaan program telah diaplikasikan sebagaimana pemaparan di atas. Sedangkan asas keberlanjutan adanya pengurus yang mendapatkan tugas tambahan dalam wadah pusat informasi dan konseling santri. Hal tersebut terlebih terdapat kelas program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam di Pondok Pesantren.

Adapun hasil yang bisa dilaporkan, *pertama* yaitu; Persiapan kegiatan: pada tahap ini pelaksana menyusun rencana pelaksanaan dengan program yang semenarik mungkin untuk terapi Husnudzon yang akan diberikan kepada santri.

Kedua, yaitu Sosialisasi: melakukan kegiatan pengenalan program terapi *Husnudzon* dan pelaksanaan bimbingan konseling kepada pihak pengurus pesantren. yang mana pengenalan ini dilakukan untuk mencapai tujuan program dan pelaksanaan Bimbingan Konseling yang optimal.

Ketiga, yaitu Evaluasi: Hasil program terpai Husnudzon melalui layanan Bimbingan Konseling Islam dpt ditunjukkan antara lain; Berkurangnya ketimpangan dalam pertemanan, Terbentuknya upaya untuk menanamkan selalu berprasangka baik kepada orang lain, Meningkatnya sikap saling pengertian, Meningkatnya nilai Ukhwah antar sesama santri. Dan ditutup dengan *quizizz* yang menambah maraknya kegiatan ‘terapi Husnudzon melalui layanan Bimbingan Konseling Islam.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Terapi *Husnudzon* sebagai representasi pola pikir yang positif dalam tradisi Islam menarik kalangan akademisi dan praktisi di bidang kesehatan. Hal yang membedakan antara konsep berpikir positif dalam kajian psikologi modern dan perspektif Islam adalah bahwa terapi Husnudzon tidak dapat dilepaskan dari keyakinan individu beragama terhadap eksistensi Allah yang Maha Pengasih dan Penyayang. Terapi *Husnudzon* menitikberatkan pada kognitif setiap individu. Strategi yang dapat digunakan dalam Husnudzon bermacam-macam, yaitu dengan strategi mengubah masa lalu, strategi teladan, dan strategi orang lain. Terapi Husnudzon ini bertujuan untuk mengenali pola pikir negatif dan memahaminya serta menggunakan pola pikir baru untuk menghadapi peristiwa-peristiwa kehidupan yang akan datang.

Berdasarkan pendampingan mengenai terapi Husnudzon melalui bimbingan konseling Islam untuk memperbaiki hubungan pertemanan sesama santri tingkat aliyah di PP. Assunniyyah putri Kencong dapat disimpulkan bahwa, terapi *Husnudzon* dalam Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam melalui terapi Husnudzon untuk memperbaiki hubungan pertemanan sesama santri tingkat Aliyah di PP. Assunniyyah putri Kencong. Tingkat efektifitas terapi *Husnudzon* untuk memperbaiki hubungan pertemanan sesama santri tingkat aliyah di PP. Assunniyyah Putri Kencong diketahui pada hasil sebelum dan sesudah diberikan terapi teradapat perubahan sikap santri yang lebih mengembangkan *Husnudzon*-nya.

Berdasarkan hal ini, maka dapat dikatakan bahwa terdapat peningkatan dalam kebaikan hubungan pertemanan sesama santri tingkat Aliyah di PP. Assunniyyah putri Kencong

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah, proses pengabdian dan penyusunan karya ilmiah ini telah terselesaikan. Tentu banyak pihak yang membantu. Kami haturkan terima kasih untuk pihak yang telah membantu atas terselesainya Penelitian Kepada Masyarakat, diantaranya ucapan terima kasih kami kepada:

1. KH. Ahmad Sadid Jauhari, sebagai Ketua Yayasan Pendidikan Agama Islam Universitas Al-Falah As-Sunniyyah Kencong Jember sekaligus pengasuh Pondok Pesantren Assunniyyah
2. Rijal Mumazziq Z., M.H.I, sebagai Rektor Universitas Al-Falah As-Sunniyyah Kencong Jember
3. Akhmad Rudi Masrukhin, M.Pd sebagai Ketua LPPM Universitas Al-Falah As-Sunniyyah

Serta beberapa pihak yang terlibat dalam penyelesaian artikel ilmiah ini yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu. Semoga karya kami bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan sebagai rujukan oleh peneliti lainnya.

6. DAFTAR RUJUKAN

Buku

- Abdul Roli Rohman, *Menjaga Akidah dan Akhlak*, (Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2009)
- Abdullah Yatimin, *Studi Akhlak dalam Perspektif al-Qur'an*, (Jakarta: Amzah, 2007)
- Dhofier Zamakhsyari, *Tradisi Pesantren Studi Tentang Pandangan Hidup Kyai*, (Jombang: LP3ES, 1977)
- Elfiky Ibrahim, *Terapi Berfikir Positif*, (Jakarta : Zaman, 2005)
- Sutoyo, Anwar. (2015). *Bimbingan dan Konseling Islami: Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tim Penyusun, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, 2008)
- Yasmadi, *Modernisasi Pesantren*, (Ciputat: PT Ciputat Press, 2005)
- Yusuf, S. (2009). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Press
- Yusuf, S dan Nurihsan, J. (2008). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Jurnal

- Uly Gusniarti, Susilo Wibisono, Fani Eka Nurtjahjo, *Validasi Islamic Positive Thinking Scale (Ipts) Berbasis Kriteria Eksternal*, Jurnal Psikologi Islam, Vol. 4 No. 1 (2017), hal. 54
http://digilib.uinsby.ac.id/29776/1/Siti%20Ainur%20Rochmah_B93215119.pdf, akses 25 September 2021
- <https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/konseling/article/viewFile/1044/956>, akses 25 September 2021
- <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/dedikasi/article/view/3135>, akses 29 September 2021
- <http://eprints.ums.ac.id/90172/14/NASPUB%20REVISI%20selasa%20upload.pdf>, akses 1 Oktober 2021
- <http://jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id/index.php/Irsyad>, akses 4 Oktober 2021
- <http://bpakhm.unp.ac.id/evaluasi-bimbingan-dan-konseling/>, akses 4 Oktober 2021
- <https://www.syekh Nurjati.ac.id/jurnal/index.php/prophetic/article/view/4753>, akses 4 Oktober 2021
- <https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/download/1914/pdf>, akses 7 Oktober 2021
- <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/49817/1/DESRI%20RODHI%20ATUN%20MARDHIAH-FPSI.pdf>, akses 10 Oktober 2021
- http://repository.uin-suska.ac.id/18237/7/7.%20BAB%20II_2017706KI.pdf, akses 12 Oktober 2021
- <https://dosen.ung.ac.id/JumadiTuasikal/home/2020/3/24/keterampilan-keterampilan-dalam-konseling.html>, akses 12 Oktober 2021