

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI MEDITASI SUFISTIK DALAM  
MENINGKATKAN KONTROL DIRI (*SELF-CONTROL*) REMAJA  
PENYANDANG MASALAH KESEJAHTERAAN SOSIAL DI UPT  
PELAYANAN SOSIAL BINA REMAJA BLITAR**

**SKRIPSI**



**OLEH :**  
**ISNA KUSUMAWATI**  
**NIM. 1733143027**

**JURUSAN TASAWUF PSIKOTERAPI**  
**FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) TULUNGAGUNG**

**2018**

**PENGARUH TERAPI RELAKSASI MEDITASI SUFISTIK DALAM  
MENINGKATKAN KONTROL DIRI (*SELF-CONTROL*) REMAJA  
PENYANDANG MASALAH KESEJAHTERAAN SOSIAL DI UPT  
PELAYANAN SOSIAL BINA REMAJA BLITAR**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri Tulungagung  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Strata Satu Sarjana Agama (S.Ag)



**OLEH :**

**ISNA KUSUMAWATI**

**NIM. 1733143027**

**JURUSAN TASAWUF PSIKOTERAPI  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) TULUNGAGUNG**

**2018**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Saya, yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Isna Kusumawati

NIM : 1733143027

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Relaksasi Meditasi Sufistik Dalam Meningkatkan Kontrol Diri (Self-Control) Remaja Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Di Upt Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar”, merupakan hasil karya peneliti sendiri dan bukan merupakan plagiasi dari hasil karya orang lain. Serta belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Tulungagung, 4 Juli 2018



Isna Kusumawati

NIM. 1733143027

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Relaksasi Meditasi Sufistik Dalam Meningkatkan Kontrol Diri (*Self-Control*) Remaja Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial Di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar” yang ditulis oleh Isna Kusumawati, NIM. 1733143027 ini telah diperiksa dan disetujui, serta layak diujikan.

Tulungagung, 4 Juli 2018

Pembimbing



Achmad Sauqi, S.Ag., M.Pd.I

NIP. 19691216 200003 1 002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi



Abdullah Chakim, S.Ag., M.Pd.

NIP. 19730107 199803 1 003

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Terapi Relaksasi Meditasi Sufistik Dalam Meningkatkan Kontrol Diri (*Self-Control*) Remaja Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar” yang ditulis oleh Isna Kusumawati ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi IAIN Tulungagung pada hari Rabu, 1 Agustus 2018 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag)

**Dewan Penguji :**

**Tanda Tangan**

**Ketua/ Penguji :**

**Latif Amrullah, S.S., M.A.**  
NIP.19870605201403 1 005



**Penguji Utama :**

**Dr. Ahmad Zainal Abidin, M.A**  
NIP. 19740213 199903 1 002



**Sekretaris/ Penguji :**

**Lilik Rofiqoh, S. Hum, MA**  
NIP. 19810721 201101 2 010



Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
IAIN Tulungagung



  
**Dr. A. Rizdon Khamami, Lc., M.A**  
NIP. 19740829 200801 1 006



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI TULUNGAGUNG  
UPT PUSAT PERPUSTAKAAN**

Jalan Mayor Sujadi Timur Nomor 46 Tulungagung - Jawa Timur 66221  
Telepon (0355) 321513, 321656 Faximile (0355) 321656  
Website : <http://iain-tulungagung.ac.id>

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Isna Kusumawati  
NIM : 1733143027  
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi  
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) kepada Pusat Perpustakaan IAIN Tulungagung atas karya ilmiah saya berupa (Skripsi) yang berjudul:

"Pengaruh Terapi Relaksasi Meditasi Sufistik Dalam Meningkatkan Kontrol Diri ( Self - Control ) Remaja Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Butar"

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Pusat Perpustakaan IAIN Tulungagung berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tulungagung, 16 Nopember 2010  
Yang Menyatakan,

ISNA KUSUMAWATI  
Nama terang dan tanda tangan