



**KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI MENULIS
AYAT AL-QUR'AN UNTUK MENGURANGI *EMPTY
NEST SYNDROME* SEORANG WANITA DEWASA DI
DESA TANGGULREJO GRESIK**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan
Ampel Surabaya, guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos.)

Oleh:

LINA MUFIDAH
NIM 04010321016

Dosen Pembimbing 1:
Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd
NIP 197311212005011002

Dosen Pembimbing 2:
Dr. Hj. Ragwan Albaar M.Fil.I
NIP. 196303031992032002

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
JURUSAN DAKWAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
SURABAYA
2025**

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lina Mufidah
NIM : 04010321016
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Konseling Islam Dengan Terapi Menulis Ayat Al-Qur'an Untuk Mengurangi *Empty Nest Syndrome* Seorang Wanita Dewasa Di Desa Tanggulrejo Gresik** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda rujukan dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya terima dari skripsi tersebut.

Surabaya, 22 September 2025

Yang membuat pernyataan,



Lina Mufidah
NIM. 04010321016

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Proposal Skripsi berikut:

Nama : Lina Mufidah

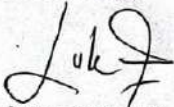
NIM : 04010321016

Program Studi : Bimbingan Konseling Islam

Judul Skripsi : Konseling Islam dengan Terapi Menulis
Al-Qur'an Untuk Mengurangi *Empty Nest*
Syndrome Seorang Wanita Dewasa di Desa
Tanggulrejo Gresik

Telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan.

Dosen Pembimbing I



Dr. Lukman Fahmi, S.Ag. M.Pd
NIP. 197311212005011002

Surabaya, 18 September 2025

Dosen Pembimbing II



Dr. Hj. Ragwan Albaar M.Fil.I
NIP. 19630303199203200

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Konseling Islam Dengan Terapi Menulis Ayat Al-Qur'an Untuk
Mengurangi *Empty Nest Syndrome* Seorang Wanita Dewasa Di Desa
Tanggulrejo Gresik

SKRIPSI

Disusun Oleh
Lina Mufidah
NIM 04010321016

telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada tanggal

Tim Penguji

Penguji I

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd
NIP. 197311212005011002

Penguji II

Dr. Hj. Ragwan Aibaar M.Fil.I
NIP. 196303031992032002

Penguji III

Dr. H. Cholil, M.Pd.I.
NIP 196506151993031005

Penguji IV

Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes
NIP 197605182007012022

Surabaya, 29 September 2025

Dekan,



Dr. Moch. Chaidir Aji, S.Ag. M. Fil.I.
NIP. 197310171998031001

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031 8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Lina Mufidah
NIM : 04010321016
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : linamufidah003@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul:

Konseling Islam Dengan Terapi Menulis Ayat Al-Qur'an Untuk Mengurangi Empty Nest Syndrome Seorang Wanita Dewasa Di Desa Tanggulrejo Gresik.

Berserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non- Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 07 Januari 2026

Penulis

(Lina Mufidah)

ABSTRAK

Lina Mufidah, 04010321016, 2025.

Konseling Islam Dengan Terapi Menulis Ayat Al-Qur'an Untuk Mengurangi *Empty Nest Syndrome* Seorang Wanita Dewasa Di Desa Tanggulrejo Gresik.

Fokus utama penelitian ini adalah (1) Bagaimana proses konseling Islam dengan terapi menulis ayat Al-Qur'an dalam mengurangi *empty nest syndrome* pada wanita dewasa di Desa Tanggulrejo, Gresik. (2) Bagaimana hasil konseling Islam dengan terapi menulis ayat Al-Qur'an dalam mengurangi *empty nest syndrome* pada wanita dewasa di Desa Tanggulrejo, Gresik.

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Analisis data dilakukan dengan pendekatan deskriptif komparatif untuk menjelaskan perbandingan antara data teori dengan data lapangan mengenai proses konseling, serta membandingkan kondisi konseli sebelum dan sesudah diberikan terapi menulis ayat Al-Qur'an.

Proses penelitian dilaksanakan melalui tahapan identifikasi masalah, langkah diagnosis, langkah prognosis, langkah terapi, langkah evaluasi dan follow up. Terapi menulis ayat Al-Qur'an dilakukan dalam empat tahap, yaitu persiapan spiritual dan fisik, pelaksanaan terapi dengan menulis ayat sesuai tema permasalahan, evaluasi dan pengembangan, serta keberlanjutan. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan positif dari kondisi konseli, yaitu meningkatnya motivasi dalam menjalani aktivitas sehari-hari, tumbuhnya kembali semangat dalam beribadah, serta berkurangnya rasa cemas yang sebelumnya dialami.

Kata Kunci: Konseling Islam, Terapi Menulis Ayat Al-Qur'an, *Empty Nest Syndrome*, Wanita Dewasa

ABSTRACT

Lina Mufidah, 04010321016, 2025.

Islamic Counseling With Quranic Verse Writing Therapy In Reducing Empty Nest Syndrome In Adult Women In Tanggulrejo Village, Gresik

The main focus of this study is (1) How Islamic counseling with Quranic verse writing therapy reduces empty nest syndrome in adult women in Tanggulrejo Village, Gresik. (2) How Islamic counseling with Quranic verse writing therapy reduces empty nest syndrome in adult women in Tanggulrejo Village, Gresik.

The research method used was a qualitative approach with a case study design. Data analysis was conducted using a comparative descriptive approach to explain the comparison between theoretical data and field data regarding the counseling process, as well as to compare the condition of the counselee before and after being given the therapy of writing verses from the Qur'an.

The research process was carried out through problem identification, diagnosis, prognosis, therapy, evaluation, and follow-up. The therapy of writing verses from the Qur'an was carried out in four stages, namely spiritual and physical preparation, implementation of therapy by writing verses according to the theme of the problem, evaluation and development, and sustainability. The results of the study showed positive changes in the condition of the counselees, namely increased motivation in carrying out daily activities, a renewed enthusiasm for worship, and a reduction in the anxiety they had previously experienced.

Keywords: *Islamic Counseling, Quranic Verse Writing Therapy, Empty Nest Syndrome, Adult Women*

تجريدي

٢٠٢٥ ١٦ ٣٢١٠٣٤٠١٠ ، مفيدة لنا .

لدى الفارغ العش متلازمة من الحد في الكرم القرآن آيات بكتابة العلاج مع الإسلامية الاستشارة
جريسك تانغولريجو، قرية في البالغات النساء

آيات بكتابة العلاج مع الإسلامي الإرشاد تقلل كيف (1) على الدراسة لهذه الرئيسي التركيز ينصب
كيف (2) . جريسك تانغولريجو، قرية في البالغات النساء لدى الفارغ العش متلازمة من الكرم القرآن
النساء لدى الفارغ العش متلازمة من الكرم القرآن آيات بكتابة العلاج مع الإسلامي الإرشاد تقلل
جريسك تانغولريجو، قرية في البالغات

منهجية باستخدام البيانات تحليل تم . حالة دراسة تصميم مع نوعية منهجية البحث في استخدمت
وكذلك الإرشاد، بعملية المتعلقة الميدانية والبيانات النظرية البيانات بين المقارنة لشرح مقارنة وصفية
القرآن من آيات كتابة علاج إعطائهن وبعد قبل الإرشاد من المستفيدات حالة لمقارنة

والتقييم والعلاج والتشخيص والتشخيص المشكلة تحديد خلال من البحث عملية تنفيذ تم
الروحي التحضير وهي مراحل، أربع على الكرم القرآن من آيات كتابة علاج تنفيذ تم . والمتابعة
والاستدامة والتطوير، والتقييم المشكلة، لموضوع وفقاً آيات كتابة طريق عن العلاج وتنفيذ والجسدي،
بالأنشطة القيام في الحافز زيادة وهي المستشعرين، حالات في إيجابية تغيرات البحث نتائج أظهرت
سابقاً منه يعانون كانوا الذي القلق وتقليل للعبادة، الحماس وتحدد اليومية،

الفارغ، العش متلازمة الكرم، القرآن آيات بكتابة العلاج الإسلامي، الإرشاد: المفتاحية الكلمات
البالغات النساء

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT	xi
تجربتي.....	xii
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Secara Teoritis.....	7
2. Secara Praktis	8

E.	Definisi Konsep.....	8
1.	Konseling Islam	8
2.	Terapi Menulis Ayat Al-Qur'an.....	9
3.	<i>Empty Nest Syndrome</i>	9
F.	Sistematika Pembahasan.....	10
BAB II	KAJIAN TEORITIS.....	12
A.	Kajian Teoritis.....	12
1.	Konseling Islam	12
2.	Terapi Menulis Ayat Al-Qur'an.....	17
3.	<i>Empty Nest Syndrome</i>	25
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan	30
BAB III	METODE PENELITIAN	40
A.	Pendekatan dan Jenis Penelitian	40
B.	Subjek dan Lokasi Penelitian.....	41
C.	Jenis dan Sumber Data.....	42
D.	Teknik Pengumpulan Data.....	44
E.	Teknik Validitas Data	46
F.	Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN....	48
A.	Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	48

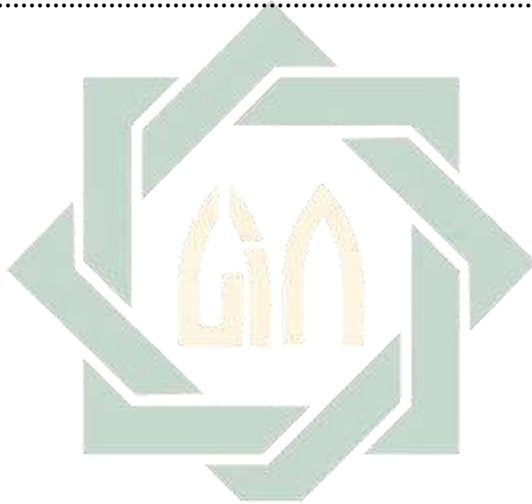
B. Penyajian data	56
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)	70
BAB V PENUTUP	75
A. Simpulan	75
B. Rekomendasi	75
C. Keterbatasan Penelitian	76
DAFTAR PUSTAKA	78



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Kondisi Konseli Sebelum Konseling	55
Tabel 4. 2 Kondisi Konseli Setelah Konseling	70
Tabel 4. 3 Perbandingan Data Teori dengan Data Lapangan .	70
Tabel 4. 4 Perbandingan Kondisi Konseli Sebelum dan Sesudah	74



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Foto Proses Konseling.....	95
-------------------------------------	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Miza Rahmatika, and Hesty Puspitasari, 'Terapi Menulis Untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif Pecandu Narkoba Di Lapas Dewasa Kota Blitar', *Afabeta: Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Pembelajarannya*, IV.1 (2021), 56–64
- Al-Qarni, A., *Menulis Al-Qur'an Sebagai Terapi Spiritual* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2013)
- Alang, Sattu, 'Manajemen Terapi Islam Dan Prosedur Pelayanannya', *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7.1 (2020), 77
- Amin, Samsul Munir, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: Sinar Grafika Offset, 2010)
- Astutik, Sri, *Pengantar Bimbingan & Konseling* (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2014)
- Atikah, 'Metode Dan Teknik Bimbingan Konseling Islam Untuk Membantu Permasalahan Pada Anak-Anak', *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 6.1 (2015)
- Aurilio, Fraditya Lexcy, Amanda Putri Heryanti, Aqila Permata, and Amara Danish, 'From Empty Nest to New Beginnings: Kehidupan Yang Memuaskan Bagi Orang Tua Paruh Baya', *Jurnal Flourishing*, 4.12 (2024), 591–604 <<https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i122024p591-604>>
- Baidan, Nasruddin, *Wawasan Baru Ilmu Tafsir* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005)
- Basid, Abd, and Abd Ghani, 'Konsep Ketentraman Hidup Perspektif Quraish Shihab (Studi Surah Al-Insyirah Dalam Tafsir Al-Misbah)', *Syariati: Jurnal Studi Al-Qur'an Dan Hukum*, 9.1 (2023), 13–22 <<https://doi.org/10.32699/syariati.v9i1.4561>>
- Bukhori, Baidi, 'Dakwah Melalui Bimbingan Dan Konseling Islam', *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5.1 (2014), 1–18
- Bungin, Burhan, *Metodologi Penelitian Sosial & Ekonomi* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013)
- Dhu'afa, Pondok Yatim &, 'Belajar Menulis Ayat-Ayat Al-Qur'an

- Dan 7 Manfaatnya', 2023 <<https://pondokkyatim.or.id/berita-asrama/belajar-menulis-ayat-ayat-al-quran-dan-7-manfaatnya>> [accessed 24 February 2025]
- Diane E Papalia, Dkk, *Human Development Perkembangan Manusia* (Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2009)
- Fadhila, Ikrima, 'Efektivitas Pengajian Rutin Untuk Mengurangi Empty Nest Syndrome Pada Wanita Dewasa Madya Di Komplek Panggoi Indah Kota Lhokseumawe Aceh', 2021
- Farida Nugrahani, 'Metode Penelitian Kualitatif Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa Humanika', *Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum* (Publisher, 2021), 33–54
- Ghafur, Jamaludin, and Farah Sheila Hidayah, 'Manajemen Waktu Di Usia Madya Untuk Meminimalisir Dampak Dari Empty Nest Syndrome', *Jurnal Inovasi Dan Kewirausahaan*, 3.2 (2014), 120–25
- Gunarsa, Singgih Dirga, *Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan* (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia, 2004)
- Hasan, M. Iqbal, *Pokok-Pokok Materi Metode Penelitian Dan Aplikasinya* (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2002)
- Himawanti, Izza, 'Terapi Menulis Sebagai Media Muhasabah Untuk Menurunkan Tingkat Stres: Studi Eksperimental Pada Mahasiswa UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan', *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2.2 (2022), 137–52 <<https://doi.org/10.28918/jousip.v2i2.6537>>
- Hurlock, Elizabeth B., *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi Kelima)* (Jakarta: Erlangga, 1980)
- Ibrahim, Muhammad, *Mukjizat Pengobatan Qur'ani* (Pasuruan: Pustaka Hikma Perdana, 2008)
- Istigfiro, Kasmira, 'Terapi Muhasabah Untuk Meminimalisir Dampak Empty Nest Syndrome Pada Lansia Pasca Pensiun Di Desa Lingsar', 2022
- Kurniawan, Redite, and Husein Aziz, 'Bridging The Gap of Writing for Healing And Islamic Spirituality', *Proceeding of International Conference on Education, Society and Humanity*,

<<https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/icesh>>

Latif, Muhamad Abdul, 'Metode Terapi Menulis Dalam Mengatasi Permasalahan Interaksi Sosial Pada Klien Introvert Di Rumah Terapi Dan Belajar Aulia Rahman Bandar Lampung' (UIN Raden Intan Lampung, 2024)

Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: UMM, 2005)

Mabrurroh, Muna Inas, 'Sholat Berjama'ah Dalam Mengurangi Empty Nest Syndrome Pada Landia Di Yayasan Al-Jenderami Selangor Malaysia', 2018

Mahendra, Goval, Ruaidah, and Mai Tiza Husna, 'Empty Nest Syndrome Pada Dewasa Madya Ditinjau Dari Kecerdasan Spiritual Ruaidah', *Jurnal Psikologi Islam Al-Qalb*, 14.2 (2023), 122–27 <<http://dx.doi.org/10.15548/7079>>

Makar, A., 'Masalah Sindrom Sarang Kosong: Analisis Dan Saran Untuk Mengekangnya', *Jurnal Penelitian Lanjut Dalam Psikologi Dan Psikoterapi*, 1.2 (2018), 91–94

Mentor, Tim, 'Manfaat Menulis Al-Qur'an Bagi Kecerdasan Otak', 2022 <<https://sit-insanmandiri.sch.id/manfaat-menulis-al-quran-bagi-kecerdasan-otak/#:~:text=Melatih kemampuan membaca dan menulis,S.Pd.I%2C.>> [accessed 24 February 2025]

Moulaei, Khadijeh, Ali Akbar Haghdost, Kambiz Bahaadinbeigy, and Fatemeh Dinari, 'The Effect of the Holy Quran Recitation and Listening on Anxiety, Stress, and Depression: A Scoping Review on Outcomes', *Health Science Reports*, 6.12 (2023), 1–16 <<https://doi.org/10.1002/hsr2.1751>>

Mubarok, Ahmad, *Konseling Agama Teori Dan Kasus* (Jakarta: PT. Bina Rena Pariwara, 2000)

Mulyani, P. D., & Kristinawati, W, 'An Overview of the Empty Nest and Loneliness in Single Mothers Living Alone in Juwana Village', *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12.2 (2021), 249–58

Mulyani, Putri Dwi, and Wahyuni Kristinawati, 'An Overview of the Empty Nest and Loneliness in Single Mothers Living Alone in Juwana Village', *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling*

- Undiksha, 12.2 (2021), 249–58
 <<https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.37042>>
- Munir, Samsul, *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2015)
- , *Bimbingan Dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2013)
- Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 1992)
- Musnamar, Thohari, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 1992)
- Nawawi, Hadari, and M Martini, 'Instrument Penelitian Bidang Sosial, Yogyakarta: Gajahmada' (University Press, 1995)
- Online, NU, 'Tafsir Al-Wajiz Q.S. At-Taubah Ayat 51' <<https://quran.nu.or.id/at-taubah/51>>
- Pennebaker, James W., and Dkk, 'Handbook of Low-Cost Interventions to Promote Physical and Mental Health: Theory Research and Practic' (University of Texas, 2008)
- Prayitno, and Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013)
- Rosyanti, Lilin, Indriono Hadi, and Akhmad Akhmad, 'Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an Sebagai Pengobatan Fisik Dan Psikologis Di Masa Pandemi COVID-19', *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14.1 (2022), 89–114
 <<https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.480>>
- Sagala, Hairunnisa Br, and Mariana Libra Rambe, 'Writing Therapy As a Technique in Islamic Guidance and Counseling', *International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 1.1 (2018), 73–78 <<http://conference.uin-suka.ac.id/index.php/icigc/article/view/231>>
- Salahuddin, Anas, *Bimbingan Dan Konseling* (Bandung: Pustaka Setia, 2010)
- Saltz, G., 'Six Steps To Getting Over An Empty Nest', 2008 <<http://www.msnbc.msn.com>>
- Santrock, J.W., *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2, Penerjemah: Chusairi Dan Damanik)* (Jakarta: Erlangga, 2002)
- Shakya, DR, 'Empty Nest Syndrome - An Obstacle for Alcohol

- Abstinence', *Journal of Nepal Health Research Council*, 7.15 (2009), 135–37 <<https://doi.org/10.3126/jnhrc.v7i2.3023>>
- Siswanti, D.N., 'Hubungan Antara Kepuasan Perkawinan Dengan Kecemasan Sarang Kosong Pada Pasangan Suami Istri Berusia Lanjut' (Yogyakarta, Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, 2000)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011)
- Suntoyo, Anwar, *Bimbingan & Konseling Islam (Teori Dan Praktik)* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2003)
- Suryo, Djumhur & M., *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah* (Bandung: CV. Ilmu, 1975)
- Suwandi, Basrowi dan, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008)
<<https://www.bukabuku.com/browses/product/9789795189077/memahami-penelitian-kualitatif.html>>
- Syifa'ussurur, Muhammad, Nurul Husna, M Mustaqim, and Lukman Fahmi, 'Menemukenali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: A Literature Study]', *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, 1.1 (2021), 53–64
<<https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.61>>
- Tanhan, Ahmet, and J. Scott Young, *Muslims and Mental Health Services: A Concept Map and a Theoretical Framework*, *Journal of Religion and Health* (Springer US, 2022), LXI
<<https://doi.org/10.1007/s10943-021-01324-4>>
- Tsani, Alfi Rohmatus, 'Kecenderungan Empty Nest Pada Ibu Yang Bekerja Dan Ibu Yang Tidak Bekerja', 2017
<[https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT_Globalization_Report_2018.pdf%0Ahttp://eprints.lse.ac.uk/43447/1/India_globalisation_society_and_inequalities\(lsero\).pdf%0Ahttps://www.quora.com/What-is-the](https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT_Globalization_Report_2018.pdf%0Ahttp://eprints.lse.ac.uk/43447/1/India_globalisation_society_and_inequalities(lsero).pdf%0Ahttps://www.quora.com/What-is-the)>
- Umarella, Samad, Muhammad Farid, and Z. Ab Rahman, 'Medicine

and Al-Quran Recital Approaches Used on Covid 19 Patients: A Systematic Review', *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11.12 (2020), 1163–70 <<https://doi.org/10.31838/srp.2020.12.170>>

Walgito, *Bimbingan Dan Konseling Studi & Karir* (Yogyakarta: Andi, 2010)

Warni, 'Dzikir Dan Kesehatan Mental (Studi Al Quran Surat Ar-Ra'du Ayat 28 Dalam Tafsir Al Azhar)', *Repository Raden Intan Lampung* (Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017)

Yin, Robert K., *Studi Kasus Desain Dan Metode* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008)



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A