



**PENGARUH KONSELING ISLAM
MENGUNAKAN *EMOTIONALLY FOCUSED
THERAPY* (EFT) DALAM MENGATASI
INSECURED ATTACHMENT PADA REMAJA AKHIR
DI SURABAYA**

SKRIPSI

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

Oleh

Putri Salsabila

NIM. 04040322147

Dosen Pembimbing I:

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 197708082007101004

Dosen Pembimbing II:

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

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

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Salsabila
NIM : 04040322147
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **“Pengaruh Konseling Islam Menggunakan *Emotionally Focused Therapy* (EFT) dalam mengatasi *Insecured Attachment* pada remaja akhir”** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda rujukan dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian 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, 5 Desember 2025

Yang membuat pernyataan,



Putri Salsabila
NIM. 04040322147

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

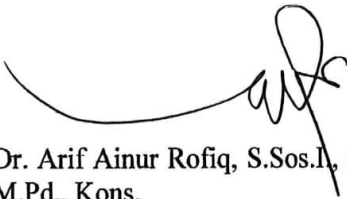
Nama : Putri Salsabila
NIM : 04040322147
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Islam Menggunakan *Emotionally Focused Therapy* (EFT) dalam mengatasi Insecured Attacment pada remaja akhir.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 10 Desember 2025
Menyetujui Pembimbing,

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., S.Pd.,
M.Pd., Kons.
NIP. 197708082007101004



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

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

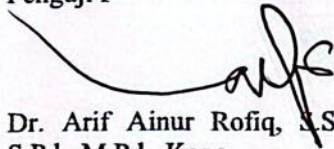
Pengaruh Konseling Islam Menggunakan *Emotionally Focused Therapy* (EFT) Dalam Mengatasi *Insecure Attachment* Pada Remaja Akhir Di Surabaya.

SKRIPSI

Disusun Oleh
Putri Salsabila
NIM. 04040322147

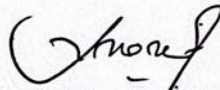
telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada tanggal 29 Desember 2025
Tim Penguji

Penguji I



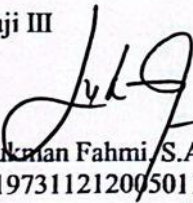
Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I.,
S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 197708082007101004

Penguji II



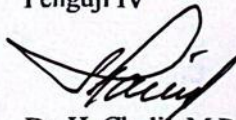
Yusria Ningsih, S.Ag., M.Kes
NIP. 197605182007012022

Penguji III



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

Penguji IV



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

Surabaya, 29 Desember 2025

Dekan,



Dr. Moch. Choirul Arif, S.Ag. M. Fil.I.
NIP. 197810071998031001



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

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 : Putri Salsabila
NIM : 04040322147
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan Konseling Islam
E-mail address : shalsabila474@gmail.com

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

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul : Pengaruh Konseling Islam Menggunakan *Emotionally Focused Therapy* Dalam Mengatasi *Insecured Attachment* Pada Remaja Akhir Di Surabaya

beserta 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 ijin 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, 8 Januari 2026

Penulis

Putri Salsabila

ABSTRAK

Putri Salsabila, NIM. 04040322147, 2025. Pengaruh Konseling Islam Menggunakan *Emotionally Focused Therapy* (EFT) dalam mengatasi *Insecured Attacment* pada remaja akhir.

Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi *insecured attachment* dan meningkatkan *secure attachment* pada remaja akhir. Adapun perilaku atau pola yang ditargetkan adalah perasaan dihargai dan diterima oleh orang tua, hubunga dua arah antara anak dan orang tua, serta tidak merasa diabaikan oleh orang tua. Dalam upaya meningkatkan *secure atccament* pada remaja akhir yang mengalami pola *insecure attachment*, peneliti menggunakan konseling islam teknik *emotionally focused therapy* (EFT).

Adapun penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain Single Subject Research (SSR) yang berfokus pada perubahan tingah laku konseli. Desain penelitian SSR yang digunakan adalah desain A-B-A dengan Teknik pengumpulan data melalui wawancara dan observasi sebagai alat ukur tingkat *secure attachment*.

Hasil yang didapat adalah adanya pengaruh konseling islam teknik *emotionally focused therapy* dalam mengatasi *insecured attachment* dan meningkatkan *secure attachment*. Hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan level perilaku perasaan dihargai dan diterima oleh orang tua fase A1-B adalah 3 - 3 (=), fase B – A2 adalah 4 - 4 (=). Pada perilaku hubungan dua arah antara anak dan orang tua fase A1 – B adalah 3 - 3 (=), fase B – A2 (=). Sedangkan pada perilaku tidak merasa di abaikan oleh orang tua fase A1 – B adalah 3 - 2 (+1), fase B – A2 adalah 4 - 3 (+1). Adapun presentase overlap pada penelitian ini adalah 0% yang menandakan bahwa konseling islam teknik *emotionally faocused therapy* dalam mengatasi *insecured attacment* serta meningkatkan *secure attacment* pada remaja akhir.

Kata Kunci: Konseling Islam, *Emotionally Focused Therapy* (EFT), *Insecured Attcament*, *Secure Attacment*.

ABSTRACT

Putri Salsabila, Student ID No. 04040322147, 2025. The Effect of Islamic Counseling Using Emotionally Focused Therapy (EFT) in Overcoming Insecure Attachment in Late Adolescents.

This study aims to overcome insecure attachment and improve secure attachment in late adolescents. The targeted behaviors or patterns are feelings of being valued and accepted by parents, two-way relationships between children and parents, and not feeling neglected by parents. In an effort to improve secure attachment in late adolescents who experience insecure attachment patterns, the researcher used Islamic counseling techniques of emotionally focused therapy (EFT).

This study used a quantitative method with a Single Subject Research (SSR) design that focused on changes in the counselor's behavior. The SSR research design used was an A-B-A design with data collection techniques through interviews and observations as a measure of the level of secure attachment.

The results show that Islamic counseling using emotionally focused therapy has an effect on overcoming insecure attachment and increasing secure attachment. This is evidenced by changes in the level of behavior in feeling valued and accepted by parents in phase A1-B, which is 3 - 3 (=), and phase B - A2, which is 4 - 4 (=). In the two-way relationship behavior between children and parents, phase A1-B was 3 - 3 (=), phase B-A2 (=). Meanwhile, in the behavior of not feeling ignored by parents, phase A1-B was 3 - 2 (+1), phase B-A2 is 4 - 3 (+1). The overlap percentage in this study is 0%, which indicates that emotionally focused therapy Islamic counseling is effective in overcoming insecure attachment and increasing secure attachment in late adolescents.

Keywords: *Islamic Counseling, Emotionally Focused Therapy (EFT), Insecure Attachment, Secure Attachment.*

تجريدي

تأثير الإرشاد الإسلامي باستخدام. Putri Salsabila, Nim. 04040322147, 2025. في التغلب على التعلق غير الآمن في أواخر مرحلة (EFT) العلاج المركز على العواطف المراهقة.

تهدف هذه الدراسة إلى معالجة التعلق غير الآمن وتحسين التعلق الآمن في أواخر مرحلة المراهقة. السلوكيات أو الأنماط المستهدفة هي الشعور بالتقدير والقبول من قبل الوالدين والعلاقات المتبادلة بين الأطفال والوالدين، وعدم الشعور بالإهمال من قبل الوالدين. في محاولة لتحسين التعلق الآمن في أواخر مرحلة المراهقة التي تعاني من أنماط التعلق غير (EFT) الآمن، استخدم الباحث تقنيات الإرشاد الإسلامي للعلاج العاطفي المركز

يركز على (SSR) تستخدم هذه الدراسة طريقة كمية مع تصميم بحث أحادي الموضوع مع A-B-A المستخدم هو تصميم SSR التغيرات في سلوك المستشير. تصميم البحث. تقنيات جمع البيانات من خلال المقابلات والملاحظات كمقياس لمستوى التعلق الآمن تظهر النتائج التي تم الحصول عليها أن الإرشاد الإسلامي باستخدام العلاج المركز على العواطف له تأثير على التغلب على التعلق غير الآمن وزيادة التعلق الآمن. ويتضح ذلك من خلال التغيرات في مستوى السلوك من حيث الشعور بالتقدير والقبول من قبل الوالدين والتي تبلغ 4-4. (=) من B-A2، والتي تبلغ 3-3 (=)، والمرحلة A1-B، في المرحلة والمرحلة A1-B 3-3 (=) حيث سلوك العلاقة الثنائية بين الأطفال والآباء، كانت المرحلة، وفي الوقت نفسه، من حيث سلوك عدم الشعور بالتجاهل من قبل الوالدين. (=) B-A2 نسبة التداخل في هذه. (+1) B-A2 4-3 والمرحلة A1-B 3-2 (+1) كانت المرحلة الدراسة هي 0٪، مما يشير إلى أن الإرشاد الإسلامي باستخدام العلاج المركز على العواطف فعال في التغلب على التعلق غير الآمن وزيادة التعلق الآمن في أواخر مرحلة المراهقة.

التعلق غير (EFT) الكلمات المفتاحية: الإرشاد الإسلامي، العلاج المركز على العواطف الآمن، التعلق الآمن.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
OTENTISITAS SKRIPSI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
تجريد	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK	xiv
DAFTAR TRANSLITERASI	xv
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Oprasional Variabel	8
F. Hipotesis	10
G. Sistematika Pembahasan	10
BAB II : KAJIAN TEORITIK	12
A. Landasan Teori	12
B. Kajian Prespektif Dakwah Islam	31
C. Penelitian Terdahulu	33

BAB III : METODE PENELITIAN	42
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	42
B. Subjek Penelitian dan Lokasi Penelitian	43
C. Variabel dan Indikator Variabel	43
D. Teknik Pengumpulan Data	45
E. Teknik Validitas Penelitian	51
F. Teknik Analisis Data	51
BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian	53
B. Penyajian data	56
C. Analisis Data	92
D. Uji Hipotesis	111
E. Pembahasan Hasil Penelitian	111
BAB V : PENUTUP	115
A. Simpulan	115
B. Saran dan Rekomendasi	115
C. Keterbatasan Penelitian	115
DAFTAR PUSTAKA	117
LAMPIRAN	129

DAFTAR PUSTAKA

- Albaar, Ragwan. "The Principle of Confidentiality in Islamic Guidance and Counseling: A Review of Hadith." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 12, no. 2 (2022): 184–207.
- Ardiyanti, Agnes Vania, Lulu Khalilah Wardaningtyas, and Rayinda Faizah. "The Impact of Domestic Violence on Family Harmony." *Proceedings of Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Graduate Conference* 3, no. 1 (November 15, 2023): 217–222.
- Az-Zahra, Arina Fathima, and Komarudin. "Hubungan Antara Insecure Attachment Dengan Kematangan Emosi Pada Mahasiswa Kendari." *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* 9, no. 11 (2024).
- Baiduri, Binar Nurani, and Endang Widyorini. "Regulasi Emosi Sebagai Mediator Antara Insecure Attachment Dan Perilaku Agresif Pada Remaja." *Jurnal Psikologi* 19, no. 1 (2023): 57.
- Bannink, Rienke, Suzanne Broeren, Petra M van de Looij – Jansen, and Hein Raat. "Associations between Parent-Adolescent Attachment Relationship Quality, Negative Life Events and Mental Health." *PLOS ONE* 8, no. 11 (November 29, 2013): e80812. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0080812>.
- Bazyari, Khadijeh, Farzaneh Hooman, Marzieh Talebzadeh Shoushtari, and Zahra Eftekhar Saadi. "Effectiveness of Emotionally Focused Therapy for Couples in Improving Emotion Regulation and Relationship Distress of Emotionally Divorced Couples." *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences* 26, no. 2 (2024): 1–7.
- Bianita, Wanda, and Susi Fitri. "Profil Attachment Style Remaja Yang Mengalami Kekerasan Berpacaran Di SMA Negeri Se-DKI Jakarta." *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling* 11, no. 1 (2022): 93–101.
- Cholil. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. PENERBIT KBM INDONESIA, 2024.
- Conroy, Julia, Kristi Perryman, Samantha Robinson, Ryan Rana, Paul Blisard, and Michelle Gray. "The Coregulatory Effects of

- Emotionally Focused Therapy.” *Journal of Counseling & Development* 101, no. 1 (January 1, 2023): 46–55. <https://doi.org/10.1002/jcad.12453>.
- Faridah, Fujianti, Enjang As, and Aep Wahyudin. “Pengaruh Komunikasi Konseling Islami Terhadap Insecure Pada Anggota Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas.” *Al -Ittizaan : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7, no. 2 (2024): 97–104.
- Flykt, Marjo, Mervi Vänskä, Raija Leena Punamäki, Lotta Heikkilä, Aila Tiitinen, Piia Poikkeus, and Jallu Lindblom. “Adolescent Attachment Profiles Are Associated With Mental Health and Risk-Taking Behavior.” *Frontiers in Psychology* 12, no. December (2021).
- Furrow, OJames L., Susan M. Johnson, Brent Bradley, Lorrie Brubacher, T. Leanne Campbell, Veronica Kallos-Lilly, Gail Palmer, Kathryn Rheem, and Scott Woolley. “Becoming an Emotionally Focused Therapist The Workbook.” 1–17. 2nd ed. new york: Routledge, 2022.
- Holmes, Jeremy, and Jeremy Holmes. *John Bowlby and Attachment Theory*. 2nd Editio. london: Routledge, 2014.
- Huang, Jingtai. “Impact of Attachment Style and School Bullying.” *SHS Web of Conferences* 180 (2023): 03024.
- Indra, Prahmana Rully Charitas. “Single Subject Research (Teori Dan Implementasinya: Suatu Pengantar).” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53 (2021): 9.
- Irmayanti, Athiya Nur Azzahra. *Pengaruh Insecure Attachment Terhadap Kecemasan Pada Remaja Di Sma Negeri 67 Jakarta*, 4 7823–7830 (2024).
- Jimoh, Eni-Olorunda, Adub, and Afolabi. “Influence of Parental Attachment on Adolescent Identity Styles Development.” *Research on Humanities and Social Sciences* 11, no. 2 (2021): 30–34.
- Johan, Ales, and Weslei Daeli. “Perbedaan Kemandirian Anak Ditinjau Dari Pola Pengasuhan Orang Tua Dengan Kakek Nenek Pada Anak Usia Dini 3 Sampai 6 Tahun.” *Journal of Nursing Education and Practice* 3, no. 2 (2024): 36–43.
- Johnson, Susan M. “Emotionally Focused Couple Therapy. In A. S.

- Gurman (Ed.), *Clinical Handbook of Couple Therapy*.” Guilford Press., 2008.
- Johnson, Susan M., and Lorrie Brubacher. “Emotionally Focused Therapy: Restructuring Attachment. In S. Budman, M. Hoyt, & S. Friedman (Eds.). *The First Session in Brief Therapy*.” Routledge Press, 1992.
- Johnson, Susan M, and Paul S Greenman. “The Path to a Secure Bond: Emotionally Focused Couple Therapy.” *Journal of Clinical Psychology* 62, no. 5 (May 1, 2006): 597–609. <https://doi.org/10.1002/jclp.20251>.
- Lee, Adabel, and Benjamin L Hankin. “Insecure Attachment, Dysfunctional Attitudes, and Low Self-Esteem Predicting Prospective Symptoms of Depression and Anxiety during Adolescence.” *Journal of clinical child and adolescent psychology : the official journal for the Society of Clinical Child and Adolescent Psychology, American Psychological Association, Division 53* 38, no. 2 (March 2009): 219–231.
- Lubis, Ramadhan, Putri Nabila, Nurul Ilmi Nasutioan, Lathifa Azzahra, Hasraful, and Fadillah Andina. “Evolusi Remaja Usia 17-19 Tahun: Analisis Pertumbuhan Dan Perkembangannya.” *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran* 7, no. 3 (2024): 7899–7906.
- Lubis, Saiful Akhyar. *KONSELING ISLAMI, DALAM KOMUNITAS PESANTREN*, 2017.
- Madeson, Melissa. “Emotionally Focused Therapy: 17 Tools for Your EFT Sessions.” *Positivepsychology.Com*.
- Mamis, Emma k. “An Embodied Artistic Inquiry Into Attachment-Oriented Therapeutic Relationship.” *American Journal of Dance Therapy* 42 (2020): 223–255.
- Mierrina, Mierrina, Sri Astutik, Mohamad Thohir, and Chariz Rizqi Pradana. “Development of Early Adolescent Emotional Maturity through Islamic Counselling.” *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 12, no. 2 (2022): 111–132.
- Misbah, Misbah. *Terjemah Syarah Riyadhush Shalihin Karya Imam An-Nawawi*. Jakarta: Gema Insani, 2001.
- Muhammad, Rifqi. “Teknik Konseling Islami Dan Relevansinya Pada

- Proses Konseling: Studi Dalam Kitab Kimiya' Al- Sa'Adah Karya Imam Al-Ghazali." *Jurnal Madaniyah* 11, no. 2 (2021): 219–234.
- Mukhlas, and Ika Kurnia Sofiani. "Landasan Teori Konseling Islam." *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 1, no. 1 (2021): 25–37.
- Muzaki, and Agung Saputra. "Konseling Islami : Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental." *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal* 2, no. 2 (2019): 213–226.
- Nasution, Syawaluddin, Miswar Miswar, and Pangulu Karim. "Implementasi Konseling Islami: Negoisasi Identitas Spiritual Dalam Tradisi Tarekat Naqsabandiyah Di Sumatera Utara." *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 1 (February 18, 2021): 2.
- Pagarwati, Lia Dwi Ayu, and Arif Rohman. "Grandparenting Membentuk Karakter Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 2 (2021): 1229–1239.
- Pasha, S, S Safuwani, and Y A Anastasya. "Gambaran Keterbukaan Diri Remaja Yang Diasuh Nenek (Studi Fenomenologi Di Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen)." *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi* 2, no. 2 (2024): 211–222.
- Permatasari, Agnes Marcela Putri, and Maria Claudia Wahyu Trihastuti. "Kelekatan Siswa Dengan Orang Tua." *Psiko Edukasi* 22, no. 2 (2024): 119–129.
- Prahmana, Rully Charitas Indra. *Single Subject Research Teori Dan Implemantasinya Suatu Pengantar*. 3rd ed. Yogyakarta, 2021.
- Primanita, Rida Yanna, Yolivia Irna Aviani, and Mizda Atira. "Efektivitas Emotionally Focused Couple Therapy Dalam Mengurangi Konflik Perkawinan Pasangan Kurai Limo Jorong." *Wacana* 14, no. 1 (2022): 31.
- Putra, Baskara, Natasha Udu, and Kamga. "Mata Air." *Hindia*.
- Putri, Sefi Buana, and Agoes Dariyo. "Hubungan Insecure Attachment Dengan Psychological Well-Being Pada Dewasa Awal Berpacaran." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 1 (2025): 1617–1626.

- Ratnamohan, Lux, Derrick Silove, Sarah Mares, Yalini Krishna, Bhiravi Thambi, and Zachary Steel. "When All Is at Sea: Attachment Insecurity as a Mediator of Risk in Tamil Asylum-Seeking Children." *Development and Psychopathology* (2024): 1–12.
- Rustamana, Agus, Putri Wahyuningsih, Muhammad Fikri Azka, and Pipit Wahyu. "Penelitian Metode Kuantitatif." *Sindoro Cendikia Pendidikan* 5, no. 6 (2024): 1–10.
- Safawi, Zuber. "Tawakkalah Pada Allah, Karena Kamu Tak Memiliki Kekuatan." *PKS Kota Semarang Official Site*.
- Seyed Mousavi, Fatemeh, Marzieh Talebzadeh Shoushtari, and Sahar Safarzadeh. "Effects of Emotionally Focused Therapy on Emotional Autonomy and Emotion Regulation of Students with Depression Symptoms." *Journal of Clinical Research in Paramedical Sciences* 13, no. 1 (2024): 1–8.
- Sjahrir, Sutan. "Ungkapan Populer."
- sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Cetakan ke. Vol. 17. Bandung: Alfabeta, 2023.
- Sukandar, Warlan, and Yessi Rifmasari. "Bimbingan Dan Konseling Islam : Analisis Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Qur'an Surat An-Nahl Ayat 125." *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat* 5, no. 1 (2022): 87–100.
- Sumadi, Andi, Annisa, Bunga, and Hakim. *Pengaruh Mother-Child Attachment Terhadap Perilaku Prososial Remaja Awal*, 2016.
- Sunanto, Juang, Koji Takeuchi, and Hideo Nakata. "Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal." *CRICED University of Tsukuba* (2005): 36–60.
- Suryana, Ermis, Siska Wulandari, Eci Sagita, and Kasinyo Harto. "Perkembangan Masa Remaja Akhir (Tugas, Fisik, Intelektual, Emosi, Sosial Dan Agama) Dan Implikasinya Pada Pendidikan." *JlIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 5, no. 6 (2022): 1956–1963.
- Tamami, Badrut, and Yerry Mijianti. "Bimbingan Konseling Islam Untuk Meningkatkan Spiritual Quotient Siswa SMP Islam Ambulu Jember." *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran* 11, no. 2 (2023): 258–269.

- Tambunan, Marcelina Boru, Linda Suwarni, Linda Setiawati, and Mardjan Mardjan. "EFT (Emotional Freedom Technique) As An Alternative Therapy To Reduce Anxiety Disorders and Depression in People Who Are Positive Covid-19." *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 11, no. 1 (2022): 59.
- Tanner, Mackenzie A., and Sarah E. Francis. "Protective Factors for Adverse Childhood Experiences: The Role of Emotion Regulation and Attachment." *Journal of Child and Family Studies* 34, no. 1 (2025): 25–40. <http://dx.doi.org/10.1007/s10826-024-02989-7>.
- Wahab, Haerani Nur, and Dian Novita Siswanti. "Gambaran Pola Asuh Grandparenting (Studi Kasus Pada Individu Korban Perceraian Orang Tua Di Kota Makassar)." *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 1, no. 2 (2021): 44–56.
- Zeigler-Hill, Virgil. "Zeigler-Hill, Virgil BT - Encyclopedia of Personality and Individual Differences." edited by Virgil Zeigler-Hill and Todd K Shackelford, 5841–5843. Cham: Springer International Publishing, 2020. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_2163.
- Zouwen, Mario Van Der, Machteld Hoeve, Anne M. Hendriks, Jessica J. Asscher, and Geert Jan J.M Stams. "The Association Between Attachment and Psychopathic Traits." *Aggression and Violent Behavior* 43 (2018): 45–55.
- "Al-Baqoroh Ayat 286." *Hasil Wawancara Dengan Konseli Yang Dilaksanakan Pada Tanggal 27 September 2025* (n.d.).
- "Surat Al-Insyirah Ayat 5-6."
- "Surat At-Talaq Ayat 3."
- "Surat Az-Zalzalah Ayat 99."
- "Tafsir Al-Mukhtashar/Markaz Tafsir Riyadh, Di Bawah Pengawasan Syaikh Dr. Shalih Bin Abdullah Bin Humaid, Imam Masjidil Haram" (n.d.).
- "Tafsir Al-Wajis Syaikh Prof. Dr. Wahbah Az-Zuhaili, Pakar Fiqih Dan Tafsir Negeri Suriah" (n.d.).
- "Terjemahan Surah Al-Imran Ayat 134 Terjemahan Sahih Internasional (Sahih Internasional)." *Al-Quran Untuk Semua*.

- Albaar, Ragwan. "The Principle of Confidentiality in Islamic Guidance and Counseling: A Review of Hadith." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 12, no. 2 (2022): 184–207.
- Ardiyanti, Agnes Vania, Lulu Khalilah Wardaningtyas, and Rayinda Faizah. "The Impact of Domestic Violence on Family Harmony." *Proceedings of Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Graduate Conference* 3, no. 1 (November 15, 2023): 217–222.
- Az-Zahra, Arina Fathima, and Komarudin. "Hubungan Antara Insecure Attachment Dengan Kematangan Emosi Pada Mahasiswa Kendari." *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* 9, no. 11 (2024).
- Baiduri, Binar Nurani, and Endang Widyorini. "Regulasi Emosi Sebagai Mediator Antara Insecure Attachment Dan Perilaku Agresif Pada Remaja." *Jurnal Psikologi* 19, no. 1 (2023): 57.
- Bannink, Rienke, Suzanne Broeren, Petra M van de Looij – Jansen, and Hein Raat. "Associations between Parent-Adolescent Attachment Relationship Quality, Negative Life Events and Mental Health." *PLOS ONE* 8, no. 11 (November 29, 2013): e80812. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0080812>.
- Bazyari, Khadijeh, Farzaneh Hooman, Marzieh Talebzadeh Shoushtari, and Zahra Eftekhar Saadi. "Effectiveness of Emotionally Focused Therapy for Couples in Improving Emotion Regulation and Relationship Distress of Emotionally Divorced Couples." *Zahedan Journal of Research in Medical Sciences* 26, no. 2 (2024): 1–7.
- Bianita, Wanda, and Susi Fitri. "Profil Attachment Style Remaja Yang Mengalami Kekerasan Berpacaran Di SMA Negeri Se-DKI Jakarta." *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling* 11, no. 1 (2022): 93–101.
- Cholil. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. PENERBIT KBM INDONESIA, 2024.
- Conroy, Julia, Kristi Perryman, Samantha Robinson, Ryan Rana, Paul Blisard, and Michelle Gray. "The Coregulatory Effects of Emotionally Focused Therapy." *Journal of Counseling & Development* 101, no. 1 (January 1, 2023): 46–55.

<https://doi.org/10.1002/jcad.12453>.

- Faridah, Fujianti, Enjang As, and Aep Wahyudin. "Pengaruh Komunikasi Konseling Islami Terhadap Insecure Pada Anggota Ekstrakurikuler Sekolah Menengah Atas." *Al -Ittizaan : Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 7, no. 2 (2024): 97–104.
- Flykt, Marjo, Mervi Vänskä, Raija Leena Punamäki, Lotta Heikkilä, Aila Tiitinen, Piia Poikkeus, and Jallu Lindblom. "Adolescent Attachment Profiles Are Associated With Mental Health and Risk-Taking Behavior." *Frontiers in Psychology* 12, no. December (2021).
- Furrow, OJames L., Susan M. Johnson, Brent Bradley, Lorrie Brubacher, T. Leanne Campbell, Veronica Kallos-Lilly, Gail Palmer, Kathryn Rheem, and Scott Woolley. "Becoming an Emotionally Focused Therapist The Workbook." 1–17. 2nd ed. new york: Routledge, 2022.
- Holmes, Jeremy, and Jeremy Holmes. *John Bowlby and Attachment Theory*. 2nd Editio. london: Routledge, 2014.
- Huang, Jingtai. "Impact of Attachment Style and School Bullying." *SHS Web of Conferences* 180 (2023): 03024.
- Indra, Prahmana Rully Charitas. "Single Subject Research (Teori Dan Implementasinya: Suatu Pengantar).," *Journal of Chemical Information and Modeling* 53 (2021): 9.
- Irmayanti, Athiya Nur Azzahra. *Pengaruh Insecure Attachment Terhadap Kecemasan Pada Remaja Di Sma Negeri 67 Jakarta*, 4 7823–7830 (2024).
- Jimoh, Eni-Olorunda, Adub, and Afolabi. "Influence of Parental Attachment on Adolescent Identity Styles Development." *Research on Humanities and Social Sciences* 11, no. 2 (2021): 30–34.
- Johan, Ales, and Weslei Daeli. "Perbedaan Kemandirian Anak Ditinjau Dari Pola Pengasuhan Orang Tua Dengan Kakek Nenek Pada Anak Usia Dini 3 Sampai 6 Tahun." *Journal of Nursing Education and Practice* 3, no. 2 (2024): 36–43.
- Johnson, Susan M. "Emotionally Focused Couple Therapy. In A. S. Gurman (Ed.), *Clinical Handbook of Couple Therapy*." *Guilford Press*, 2008.

- Johnson, Susan M., and Lorrie Brubacher. "Emotionally Focused Therapy: Restructuring Attachment. In S. Budman, M. Hoyt, & S. Friedman (Eds.). *The First Session in Brief Therapy.*" *Routledge Press*, 1992.
- Johnson, Susan M, and Paul S Greenman. "The Path to a Secure Bond: Emotionally Focused Couple Therapy." *Journal of Clinical Psychology* 62, no. 5 (May 1, 2006): 597–609. <https://doi.org/10.1002/jclp.20251>.
- Lee, Adabel, and Benjamin L Hankin. "Insecure Attachment, Dysfunctional Attitudes, and Low Self-Esteem Predicting Prospective Symptoms of Depression and Anxiety during Adolescence." *Journal of clinical child and adolescent psychology : the official journal for the Society of Clinical Child and Adolescent Psychology, American Psychological Association, Division 53* 38, no. 2 (March 2009): 219–231.
- Lubis, Ramadhan, Putri Nabila, Nurul Ilmi Nasutioan, Lathifa Azzahra, Hasraful, and Fadillah Andina. "Evolusi Remaja Usia 17-19 Tahun: Analisis Pertumbuhan Dan Perkembangannya." *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran* 7, no. 3 (2024): 7899–7906.
- Lubis, Saiful Akhyar. *KONSELING ISLAMI, DALAM KOMUNITAS PESANTREN*, 2017.
- Madeson, Melissa. "Emotionally Focused Therapy: 17 Tools for Your EFT Sessions." *Positivepsychology.Com*.
- Mamis, Emma k. "An Embodied Artistic Inquiry Into Attacment-Oriented Therapeutic Relationship." *American Journal of Dance Therapy* 42 (2020): 223–255.
- Mierrina, Mierrina, Sri Astutik, Mohamad Thohir, and Chariz Rizqi Pradana. "Development of Early Adolescent Emotional Maturity through Islamic Counselling." *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 12, no. 2 (2022): 111–132.
- Misbah, Misbah. *Terjemah Syarah Riyadhus Shalihin Karya Imam An-Nawawi*. Jakarta: Gema Insani, 2001.
- Muhammad, Rifqi. "Teknik Konseling Islami Dan Relevansinya Pada Proses Konseling: Studi Dalam Kitab Kimiya' Al- Sa'Adah Karya Imam Al-Ghazali." *Jurnal Madaniyah* 11, no. 2 (2021):

219–234.

- Mukhlis, and Ika Kurnia Sofiani. “Landasan Teori Konseling Islam.” *Kaisa: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 1, no. 1 (2021): 25–37.
- Muzaki, and Agung Saputra. “Konseling Islami : Suatu Alternatif Bagi Kesehatan Mental.” *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal* 2, no. 2 (2019): 213–226.
- Nasution, Syawaluddin, Miswar Miswar, and Pangulu Karim. “Implementasi Konseling Islami: Negoisasi Identitas Spiritual Dalam Tradisi Tarekat Naqshabandiyah Di Sumatera Utara.” *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 10, no. 1 (February 18, 2021): 2.
- Pagarwati, Lia Dwi Ayu, and Arif Rohman. “Grandparenting Membentuk Karakter Anak Usia Dini Di Masa Pandemi Covid-19.” *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5, no. 2 (2021): 1229–1239.
- Pasha, S, S Safuwani, and Y A Anastasya. “Gambaran Keterbukaan Diri Remaja Yang Diasuh Nenek (Studi Fenomenologi Di Kecamatan Kota Juang Kabupaten Bireuen).” *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi* 2, no. 2 (2024): 211–222.
- Permatasari, Agnes Marcela Putri, and Maria Claudia Wahyu Trihastuti. “Kelekatan Siswa Dengan Orang Tua.” *Psiko Edukasi* 22, no. 2 (2024): 119–129.
- Prahmana, Rully Charitas Indra. *Single Subject Research Teori Dan Implementasinya Suatu Pengantar*. 3rd ed. Yogyakarta, 2021.
- Primanita, Rida Yanna, Yolivia Irna Aviani, and Mizda Atira. “Efektivitas Emotionally Focused Couple Therapy Dalam Mengurangi Konflik Perkawinan Pasangan Kurai Limo Jorong.” *Wacana* 14, no. 1 (2022): 31.
- Putra, Baskara, Natasha Udu, and Kamga. “Mata Air.” *Hindia*.
- Putri, Sefi Buana, and Agoes Dariyo. “Hubungan Insecure Attachment Dengan Psychological Well-Being Pada Dewasa Awal Berpacaran.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 9, no. 1 (2025): 1617–1626.
- Ratnamohan, Lux, Derrick Silove, Sarah Mares, Yalini Krishna, Bhiravi Thambi, and Zachary Steel. “When All Is at Sea:

Attachment Insecurity as a Mediator of Risk in Tamil Asylum-Seeking Children.” *Development and Psychopathology* (2024): 1–12.

Rustamana, Agus, Putri Wahyuningsih, Muhammad Fikri Azka, and Pipit Wahyu. “Penelitian Metode Kuantitatif.” *Sindoro Cendikia Pendidikan* 5, no. 6 (2024): 1–10.

Safawi, Zuber. “Tawakkalah Pada Allah, Karena Kamu Tak Memiliki Kekuatan.” *PKS Kota Semarang Official Site*.

Seyed Mousavi, Fatemeh, Marzieh Talebzadeh Shoushtari, and Sahar Safarzadeh. “Effects of Emotionally Focused Therapy on Emotional Autonomy and Emotion Regulation of Students with Depression Symptoms.” *Journal of Clinical Research in Paramedical Sciences* 13, no. 1 (2024): 1–8.

Sjahrir, Sutan. “Ungkapan Populer.”

sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Cetakan ke. Vol. 17. Bandung: Alfabeta, 2023.

Sukandar, Warlan, and Yessi Rifmasari. “Bimbingan Dan Konseling Islam : Analisis Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Qur'an Surat An-Nahl Ayat 125.” *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat* 5, no. 1 (2022): 87–100.

Sumadi, Andi, Annisa, Bunga, and Hakim. *Pengaruh Mother-Child Attachment Terhadap Perilaku Prosocial Remaja Awal*, 2016.

Sunanto, Juang, Koji Takeuchi, and Hideo Nakata. “Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal.” *CRICED University of Tsukuba* (2005): 36–60.

Suryana, Ermis, Siska Wulandari, Eci Sagita, and Kasinyo Harto. “Perkembangan Masa Remaja Akhir (Tugas, Fisik, Intelektual, Emosi, Sosial Dan Agama) Dan Implikasinya Pada Pendidikan.” *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 5, no. 6 (2022): 1956–1963.

Tamami, Badrut, and Yerry Mijianti. “Bimbingan Konseling Islam Untuk Meningkatkan Spiritual Quotient Siswa SMP Islam Ambulu Jember.” *Jurnal Dimensi Pendidikan dan Pembelajaran* 11, no. 2 (2023): 258–269.

Tambunan, Marcelina Boru, Linda Suwarni, Linda Setiawati, and Mardjan Mardjan. “EFT (Emotional Freedom Technique) As An

- Alternative Therapy To Reduce Anxiety Disorders and Depression in People Who Are Positive Covid-19.” *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 11, no. 1 (2022): 59.
- Tanner, Mackenzie A., and Sarah E. Francis. “Protective Factors for Adverse Childhood Experiences: The Role of Emotion Regulation and Attachment.” *Journal of Child and Family Studies* 34, no. 1 (2025): 25–40. <http://dx.doi.org/10.1007/s10826-024-02989-7>.
- Wahab, Haerani Nur, and Dian Novita Siswanti. “Gambaran Pola Asuh Grandparenting (Studi Kasus Pada Individu Korban Perceraian Orang Tua Di Kota Makassar).” *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa* 1, no. 2 (2021): 44–56.
- Zeigler-Hill, Virgil. “Zeigler-Hill, Virgil BT - Encyclopedia of Personality and Individual Differences.” edited by Virgil Zeigler-Hill and Todd K Shackelford, 5841–5843. Cham: Springer International Publishing, 2020. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24612-3_2163.
- Zouwen, Mario Van Der, Machteld Hoeve, Anne M. Hendriks, Jessica J. Asscher, and Geert Jan J.M Stams. “The Association Between Attachment and Psychopathic Traits.” *Aggression and Violent Behavior* 43 (2018): 45–55.
- “Al-Baqoroh Ayat 286.” *Hasil Wawancara Dengan Konseli Yang Dilaksanakan Pada Tanggal 27 September 2025* (n.d.).
- “Surat Al-Insyirah Ayat 5-6.”
- “Surat At-Talaq Ayat 3.”
- “Surat Az-Zalzalah Ayat 99.”
- “Tafsir Al-Mukhtashar/Markaz Tafsir Riyadh, Di Bawah Pengawasan Syaikh Dr. Shalih Bin Abdullah Bin Humaid, Imam Masjidil Haram” (n.d.).
- “Tafsir Al-Wajis Syaikh Prof. Dr. Wahbah Az-Zuhaili, Pakar Fiqih Dan Tafsir Negeri Suriah” (n.d.).
- “Terjemahan Surah Al-Imran Ayat 134 Terjemahan Sahih Internasional (Sahih Internasional).” *Al-Quran Untuk Semua*.