



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**IMPLEMENTASI TEKNIK *COGNITIVE RESTRUCTURING*
BERBASIS AL-QUR'AN UNTUK MENGATASI *HOMESICKNESS*
PADA SEORANG SANTRI BARU DI PONDOK
PESANTREN MODERN PACIRAN**

SKRIPSI

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

Oleh:

Aida Fitriya
04010322001

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2026**

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA SKRISPI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aida Fitriya

NIM : 04010322001

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakam dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul *Implementasi Teknik Cognitive Restructuring Berbasis Al-Qur'an untuk Mengatasi Homesickness Pada Seorang Santri Baru Di Pondok Modern Paciran* 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, 10 Desember 2025

Yang membuat pernyataan,

Aida Fitriya

NIM. 04010322001

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

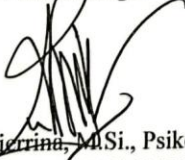
Skripsi berikut:

Nama : Aida Fitriya
NIM : 0401032201
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : Implementasi Teknik *Cognitive Restructuring*
Berbasis Al-Qur'an untuk Mengatasi *Homesickness* pada seorang
Santri Baru di Pondok Modern Paciran

Telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 08 Desember 2025
Menyetujui

Dosen Pembimbing I



Dr. Murrina, M.Si., Psikolog.
NIP. 196804132014112001

Dosen Pembimbing II



Drs. Suwatah, M.Si.
NIP. 19641215201411002

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

IMPLEMENTASI TEKNIK *COGNITIVE RESTRUCTURING* BERBASIS AL-QUR'AN UNTUK MENGATASI *HOMSICKNESS* PADA SEORANG SANTRI BARU DI PONDOK MODERN PACIRAN

SKRIPSI

Disusun Oleh
Aida Fitriya
04010322001

Telah diuji dan dinyatakan Lulus dalam Ujian Sarjana Strata Satu
Pada Tanggal 07 Januari 2026

Tim Penguji

Penguji I



Dr. Michranta, M.Si., Psikolog.
NIP. 19680413201411200

Penguji II



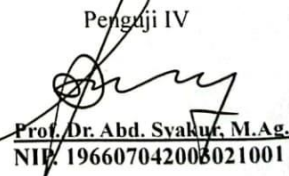
Drs. Suwatah, M.Si.
NIP. 196412152014111002

Penguji III



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 197905172009011007

Penguji IV



Prof. Dr. Abd. Syakur, M.Ag.
NIP. 196607042006021001

Surabaya, 07 Januari 2026

Dekan,




Dr. Moch. Choirul Arif, S.Ag., M.Fil.I.
NIP. 197110171998031001



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@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 : Ada Fitriya
NIM : 04010322001
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : adafitriya51@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 ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Implementasi Teknik Cognitive Restructuring
Berbasis Al-Qur'an untuk Mengatasi Homesickness
Pada Seorang Santri Baru di Pondok Pesantren Modern Paciran

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, 13 Januari 2026

Penulis


(Ada Fitriya)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Aida Fitriya, NIM 0410322001, 2025. Implementasi Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Al-Qur'an untuk Mengatasi *Homesickness* pada Seorang Santri Baru di Pondok Modern Paciran.

Fokus penelitian ini adalah 1) Bagaimana proses Implementasi Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Al-Qur'an untuk mengatasi *homesickness* pada seorang santri baru di pondok modern paciran 2) Bagaimana hasil Implementasi Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Al-Qur'an untuk mengatasi *homesickness* pada seorang santri baru di pondok modern paciran.

Untuk menjawab pertanyaan tersebut peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan analisis studi kasus yaitu mengumpulkan data dengan observasi, wawancara. Dokumentasi yang disajikan melalui deskriptif komparatif yaitu membandingkan sebelum dan sesudah proses terapi. Dalam menganalisis implementasi teknik *cognitive restructuring* berbasis Al-Qur'an peneliti memberikan tiga tahapan terapi: tahap rasional dan identifikasi masalah, tahap *disputing* dan *challenging* dan tahapan pengenalan CT, memindahkan pikiran negatif ke CT dan evaluasi.

Proses teknik *cognitive restructuring* berbasis Al-Qur'an dapat dikatakan berhasil. Karena konseli dapat memenuhi beberapa indikator keberhasilan yaitu konseli mampu mengenali dan mengendalikan pikiran negatif, konseli mampu menyesuaikan diri dengan kegiatan pondok, konseli lebih komunikatif dalam berinteraksi dengan teman sebaya.

Kata Kunci: Teknik *Cognitive Restructuring*, Al-Qur'an, *Homesickness*, Santri Baru

ABSTRACT

Aida Fitriya, Student ID Number 0410322001, 2025. Implementation of Al-Qur'an-Based Cognitive Restructuring Techniques to Overcome Homesickness in a New Student at Pondok Modern Paciran.

The focus of this study is 1) How is the process of implementing Al-Qur'an-based cognitive restructuring techniques to overcome homesickness in a new student at Pondok Modern Paciran? 2) What are the results of implementing Al-Qur'an-based cognitive restructuring techniques to overcome homesickness in a new student at Pondok Modern Paciran?

To answer these questions, the researcher used a qualitative research method with case study analysis, namely collecting data through observation and interviews. The documentation was presented through comparative description, namely comparing before and after the therapy process. In analyzing the implementation of the Al-Qur'an-based cognitive restructuring technique, the researcher provided three stages of therapy: the rational and problem identification stage, the disputing and challenging stage, and the CT introduction stage, transferring negative thoughts to CT and evaluation.

The process of the Al-Qur'an-based cognitive restructuring technique can be said to be successful. This is because the counselees were able to meet several success indicators, namely, they were able to recognize and control negative thoughts, adapt to boarding school activities, and be more communicative in interacting with their peers.

Keywords: *Cognitive Restructuring Technique, Al-Qur'an, Homesickness, New Students*

المخلص

عايدة فترية، رقم الطالب 0410322001، 2025. تطبيق تقنيات إعادة الهيكلة المعرفية المستندة إلى القرآن الكريم للتغلب على الحنين إلى الوطن لدى الطلاب الجدد في بوندوك مودرن باسيران

تركز هذه الدراسة على (1) كيفية تنفيذ تقنيات إعادة الهيكلة المعرفية المستندة إلى القرآن الكريم للتغلب على الحنين إلى الوطن لدى الطلاب الجدد في مدرسة باسيران الداخلية الحديثة (2) نتائج تنفيذ تقنيات إعادة الهيكلة المعرفية المستندة إلى القرآن الكريم للتغلب على الحنين إلى الوطن لدى الطلاب الجدد في مدرسة باسيران الداخلية الحديثة.

للإجابة على هذه الأسئلة، استخدم الباحث أساليب البحث النوعي مع تحليل دراسة الحالة، أي جمع البيانات من خلال الملاحظة والمقابلات. تم تقديم الوثائق من خلال الوصف المقارن، أي مقارنة ما قبل وبعد عملية العلاج. عند تحليل تنفيذ تقنيات إعادة الهيكلة المعرفية المستندة إلى القرآن الكريم، قدم الباحث ثلاث مراحل للعلاج: مرحلة تحديد المشكلة والعقلانية، ومرحلة الجدول والتحديات، ومرحلة إدخال العلاج المعرفي، ونقل الأفكار السلبية إلى العلاج المعرفي والتقييم.

يمكن اعتبار عملية تقنية إعادة الهيكلة المعرفية القائمة على القرآن الكريم ناجحة. وذلك لأن المستشار تمكن من تحقيق عدة مؤشرات للنجاح، وهي أن المستشار تمكن من التعرف على الأفكار السلبية والتحكم فيها، وتمكن المستشار من التكيف مع أنشطة المدرسة الداخلية، وأصبح المستشار أكثر تواصلًا في تعامله مع أقرانه

الكلمات المفتاحية: تقنية إعادة الهيكلة المعرفية، القرآن الكريم، الحنين إلى الوطن، طلاب المدارس الإسلامية الداخلية الجدد

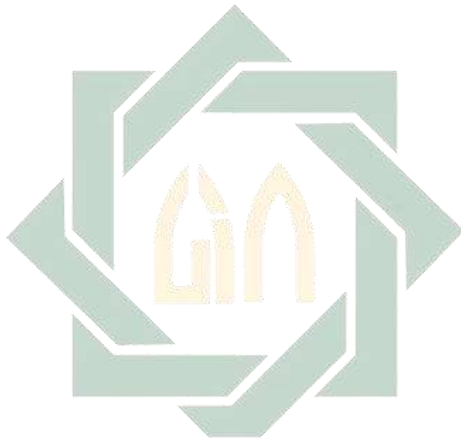
DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA SKRISPI ..	iii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSEUJUAN PUBLIKASI	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR TRANSLITERASI.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Masalah Penelitian.....	11
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
E. Definisi Konsep	12
F. Sistematika Pembahasan.....	14
BAB II	15

KAJIAN TEORETIK.....	15
A. Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> Berbasis Al-Qur'an.....	15
B. <i>Homesickness</i> pada santri baru	28
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan	34
BAB III.....	43
METODE PENELITIAN	43
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	43
B. Subjek dan Lokasi Penelitian.....	43
C. Jenis dan Sumber Data.....	44
D. Teknik Pengumpulan Data.....	45
E. Teknik Validitas Data.....	46
F. Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV	48
PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA.....	48
A. Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	48
B. Penyajian Data.....	53
C. Analisis Data.....	82
BAB V.....	90
PENUTUP.....	90
A. Simpulan.....	90
B. Saran	91
C. Keterbatasan Penelitian	91
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN.....	101

DAFTAR TABEL

Tabel4.1.....	79
---------------	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman. *Konseling Islami*. 2nd ed. Medan, 2019.

Afrilia, Dinda, and Mhd Fuad Zaini Siregar. *Pengaruh Homesickness Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Rantau*. n.d.

Alifia Putri Fadilah Sati. “Literatur Review : Homesickness pada Mahasiswa Tahun Pertama.” *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan* 3, no. 3 (August 2025): 180–88.
<https://doi.org/10.61132/corona.v3i3.1648>.

Al-Qur'an, *Al-Baqarah*: 153.

Al-Qur'an, *Al-Baqarah*: 155

Al-Qur'an, *Al-Baqarah*: 286

Al-Qur'an, *Al-Baqarah*: 153

Al-Qur'an, *Al-Isra'*: 82

Al-Qur'an, *Ar-Ra'd*: 11.

Al-Qur'an, *At-Taubah*: 122.

Anatasya Yara Andita, Astuti Widi, Masyitah Rahmi. “Gambaran Homesickness Pada Santri Baru Di Pesantren.” *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi* 1, no. 2 (2023): 277–84.

A.R, Fitriani, and Suciani Latif, Syamsul Bachri Thalib. “Penerapan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Mengurangi Kecemasan Berbicara Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama.” *Pinisi Journal of Education* 3, no. 3 (2023): 115–29.

Asrowi, Asrowi. “PSIKOLOGI DAN AL-QUR'AN (Solusi Permasalahan Di Era Globalisasi).” *E-Jurnal Aksioma Al-*

Asas 4, no. 1 (2023): 33–67.
<https://doi.org/10.55171/jaa.v4i1.921>.

Bungin, Burhan. “Metode Penelitian Sosial Dan Ekonomi.” Preprint, 2015.

Corey, Gerald. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy, Eighth Edition*. In *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, vol. 53. no. 9. 2017.

Edmawati, Mahmuddah Dewi. *Body Dysmorphic Disorder*. Yogyakarta: Nas Media Pustaka, 2023.

Fahira, Nabila Silva. *Homesickness Pada Remaja Akibat Kurangnya Dukungan Sosial Dari Orang Tua*. 2022.

Habiburrahman. *Hubungan Antara Gratitude Dengan Homesickness Pada Santri Baru Pondok Pesantren*. 20 (2022): 76–88.

Hardiyanto, Arfian Fatchul, and Maghfirotul Lathifah. “Konseling Kelompok Restructuring Cognitive Efektif Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Siswa Kelas X SMA.” *Terapeutik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 2 (2020): 161–68. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.42436>.

Hasanah, Sakinatun. “Literatur Review : Masalah Homesickness Yang Dihadapi Mahasiswa Baru Di Perguruan Tinggi.” *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan* 3, no. 4 (2025): 15–23.

Husnullail, M, and M Syahrani Jailani. *TEKNIK PEMERIKSAAN KEABSAHAN DATA DALAM RISET ILMIAH*. 15, no. 2 (2024): 70–78.

- Kirana, Dyah Luthfia, Rendra Khaldun, and Aiba Fauzi Alfaizi. "PENANGANAN KASUS HOMESICKNESS MELALUI COGNITIVE BEHAVIOUR TERAPI DENGAN TEKNIK RESTRUKTURSASI KOGNITIF DAN TERAPI SABAR DI YAYASAN PEDULI ANAK." *QAWWAM: JOURNAL FOR GENDER MAINSTREAMING* 15, no. 1 (2021): 69–88.
- Kurniawati, Nuning, I Ketut Dharsana, Ni Ketut Suarni, Nyoman Dantes, and I Ketut Gading. "Effectiveness of Cognitive Behavioral Counseling with Cognitive Restructuring Techniques to Improve Student Learning Discipline and Motivation." *Bisma The Journal of Counseling* 7, no. 3 (2023): 431–39.
<https://doi.org/10.23887/bisma.v7i3.75213>.
- Lubis, Lahmuiddin. *Konseling Dan Terapi Islam*. 1st ed. Medan: PERDANA PUBLISHING, 2021.
- M. Husnullail Risnita M. Syahrani Jailani, Asbu. "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Trigulasi Sumber." *Journal Genta Mulia* 15, no. 2 (2024): 1–9.
- Maghfirah, Lailatul. "Strategi Restructuring Kognitif Dalam Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self Efficacy Siswa." *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 3 (2022): 326–32.
<https://doi.org/10.26539/teraputik.53877>.
- Mata, Dwi Magfiratullah. "PENERAPAN TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MENGURANGI BODY DISSATISFACTION PADA SISWA SMK NEGERI 6 MAKASSAR." Vol. 2507. no. February. 2020.
- Maulida, Lina. "Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Di Sekolah Menengah Pertama (SMP)." *Pembelajaran*,

Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan 3, no. 7 (2023): 622–29. <https://doi.org/10.17977/um065v3i72023p622-629>.

Michael Vallejo, LCSW. *Cognitive Restructuring: Examples, Steps, Techniques and FaQs*. 2023. <https://mentalhealthcenterkids.com/blogs/articles/cognitive-restructuring>.

Mierrina. *Solusi Buah Hatiku*. Surabaya: Dimar Jaya Press, 2020.

Nisa, Mahfudhotin Nur Khoirotun, Dyan Evita Santi, and Aliffia Ananta. “Homesickness pada mahasiswa rantau tahun pertama: Apakah berhubungan dengan cultural intelligence dan happiness.” *JiWA: Jurnal Psikologi Indonesia* 1, no. 2 (December 2023). <https://doi.org/10.30996/jiwa.v1i2.9914>.

“No Titl.” <https://tafsirweb.com/3138-surat-at-taubah-ayat-122.html>.

Noviandari, Harwanti, and Jawahirul Kawakib. *TEKNIK COGNITIVE RESTRUCTURING UNTUK MENINGKATKAN SELF EFFICACY BELAJAR SISWA*. 3, no. 2 (2018): 76–86.

Novika Sinta Nuriyah. “Penerapan Restructuring Kognitif Dengan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self Esteem Siswa Kelas VII Di SMPN 3 Kalipuro.” *PACIVIC: Jurnal Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan* 3, no. 2 (2023): 61–72. <https://doi.org/10.36456/p.v3i2.8164>.

Nuraeni, Lala, Asep Samsudin, and Dona Fitri Annisa. “Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Menurunkan Stres Akademik Siswa Tingkat X Smkn 3 Cimahi.” *Fokus* 7, no. 3 (2024): 240–47. <https://doi.org/10.22460/fokusv7i3>.

- Pipin, Pipin, and Maya Yasmin. "Perbedaan Homesickness Ditinjau dari Gender Pada Siswa Baru di Lingkungan Pesantren." *EDU SOCIATA (JURNAL PENDIDIKAN SOSIOLOGI)* 6, no. 2 (December 2023): 1053–59. <https://doi.org/10.33627/es.v6i2.1560>.
- Raco, J.R. *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakter Dan Keunggulannya*. 2010.
- Rahadi, Rahmad, and Mulyanto Abdullah Khoir. *Strategi Pendidikan Kesantrian dalam Penanganan Pelanggaran Santri di Pondok Pesantren*. 14, no. 1 (2025).
- Rahma, Salsabila Aulia. *Pelatihan Remaja Tangguh Untuk Menurunkan Homesickness Santri Di Pondok Pesantren*. 13, no. 1 (2025): 34–54.
- Ramadhanty, Citra, and Nurjannah. "Teknik Cognitive Restructuring (Pandangan Islam) Technical Cognitive Restructuring (Islamic View)." *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam* 6, no. 1 (2023): 85–92.
- Rismawan, Kadek Sathya Gita, I Ketut Gading, and Luh Asli. "Keefektifan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Meningkatkan Kejujuran Akademik Siswa Sekolah Menengah Atas." *Buletin Konseling Inovatif* 2, no. 2 (2024): 56–68. <https://doi.org/10.17977/um059v2i22022p56-68>.
- Salsabilah, Qotrunnada, and Rudi Saprudin Darwis. "Mengubah Pola Pikir Negatif Pada Remaja Melalui Cognitive Restructuring." *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 4, no. 1 (2021): 17. <https://doi.org/10.24198/focus.v4i1.31894>.
- Saputri, Dinda Destian Dwi, and Mochamad Nursalim. "Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring

Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik.”
Jurnal Bk Unesa 15, no. 1 (2025): 149–57.

Shihab, M. Quraish, and Muhammad Quraish Shihab. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Cetakan V. Tafsîr Al-Mishbâh : Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an / M. Quraish Shihab 7. Jakarta: Lentera Haiti, 2012.

Sholekah, Latifatus, Rosalia Dewi Nawantara, and Setya Adi Sancaya. “Penerapan Teknik Cognitive Restructuring Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.” *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)* 1, no. 1 (2021): 26–31.

Siregar, Royhanun, Ulfah Nury Batubara, and Nabilah Siregar. “Efektivitas Teknik Restructuring Cognitive Dalam Mengembangkan Penalaran Moral.” *Jurnal Education and Development* 9, no. 2 (2021): 310–13.

Sofiannisa, Sabila, Riffati Hikmi Mori, Fania Halisa Lisbeth, and Imalatul Khairat. *Teknik Cognitive Restructuring Dalam Konseling: Mengubah Pola Pikir Negatif Menjadi Positif Melalui Pendekatan Literatur*. 2025.

Sri Suryani Mimah and Oktaviani Adhi Suciptaningsih. “Pengaruh Homesickness Akut Terhadap Proses Adaptasi Dunia Perkuliahan Mahasiswa Baru Rantau.” *Intellektika : Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 2, no. 6 (November 2024): 78–92.
<https://doi.org/10.59841/intellektika.v2i6.1961>.

Stroebe, Margaret, Tony Van Vliet, Miles Hewstone, and Hazel Willis. “Homesickness among Students in Two Cultures: Antecedents and Consequences.” *British Journal of Psychology* 93, no. 2 (2002): 147–68.
<https://doi.org/10.1348/000712602162508>.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Vol. 17. Bandung: ALFABETA, 2023.

Suri, Sufian, and Irwanto. "Dasar Konseling Islam Dalam Perspektif Ayat Ayat Al Quran Tentang Bimbingan Dan Konseling." *Ash-Shuduur* 1, no. 1 (2021): 15–29.

Syawalaufa, Nikka Azzahra, and Rahma Saniatuzzulfa. "Hubungan Antara Homesickness Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Sebelas Maret Surakarta." *Jurnal Studia Insania* 12, no. 1 (2024): 82–95. <https://doi.org/10.18592/jsi.v12i1.12521>.

T. Erford, Bradley. *40 TEKNIK Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. 2nd ed. Yogyakarta: PUSTAKA PELAJAR, 2016.

Tafsir Surah Al-Isra Ayat 82: Al-Qur'an Sebagai Syifa' (Penyembuh) Lahir Dan Batin (2021).

"Tafsir Surat Al-Baqarah Ayat 153."

Takdir, Annisya Muthmainnah, Mhd. Ricky Darusman, and Dini Fidyanti Devi. "Transforming Negative Thoughts into Self-Confidence: The Impact of Cognitive Restructuring on Adolescents." *Journal of Psychological Perspective* 7, no. 1 (2025): 19–28. <https://doi.org/10.47679/jopp.719982025>.

Thurber, Christopher A., and Edward A. Walton. "Homesickness and Adjustment in University Students." *Journal of American College Health* 60, no. 5 (July 2012): 415–19. <https://doi.org/10.1080/07448481.2012.673520>.

Thurber, Christopher A., Edward Walton, and and the Council on School Health. "Preventing and Treating Homesickness." *Pediatrics* 119, no. 1 (January 2007): 192–201. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2781>.

Tilburg, Miranda van, and Ad J.J.M. Vingerhoets. "Psychological Aspects of Geographical Moves." *Psychological Aspects of Geographical Moves*, ahead of print, 2006. <https://doi.org/10.1017/9789048504169>.

Van Tilburg, M. A. L., A. J. J. M. Vingerhoets, and G. L. Van Heck. "Homesickness: A Review of the Literature." *Psychological Medicine* 26, no. 5 (September 1996): 899–912. <https://doi.org/10.1017/S0033291700035248>.

Wardiyah Daulay Mahlum Lailan Nasution and Sri Eka Wahyuni. *Cognitive Behaviour Therapy*. 2019.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A