

**RESILIENSI *SINGLE MOM* ATAS KETELADANAN
MARYAM: ANALISIS QS. MARYAM AYAT 16–33 DALAM
PERSPEKTIF PSIKOLOGI POSITIF**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Tugas Akhir Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama
(S. Ag.) dalam Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir



Disusun Oleh:

AULIA AMALIA

NIM. 07020322035

**PROGRAM STUDI ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL**

SURABAYA

2026

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aulia Amalia

NIM : 07020322035

Program Studi : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas : Ushuluddin dan Filsafat

Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi berjudul “Resiliensi *Single Mom* Atas Keteladanan Maryam: Analisis QS. Maryam Ayat 16–33 dalam Perspektif Psikologi Positif” secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 30 Maret 2026
Saya yang menyatakan,



Aulia Amalia
07020322035

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul “Resiliensi *Single Mom* Atas Keteladanan Maryam: Analisis QS. Maryam Ayat 16–33 dalam Perspektif Psikologi Positif” yang ditulis oleh Aulia Amalia telah disetujui pada tanggal

Surabaya, 31 Maret 2026

Pembimbing,



Dr. Khadijah, Dra. M.Si.
NIP. 196611101993032001

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi Berjudul “RESILIENSI *SINGLE MOM* ATAS KETELADANAN
MARYAM: ANALISIS QS. MARYAM AYAT 16–33 DALAM PERSPEKTIF
PSIKOLOGI POSITIF” yang ditulis oleh Aulia Amalia ini telah diuji di depan
Tim Penguji pada tanggal 2 April 2026

Tim Penguji:

Penguji 1

Dr. Khadijah, Dra. M.Si.
NIP. 196611101993032001

Penguji 2

Dr. Ahmad Zaidanil Kamil, M.Ag.
NIP. 199406302022031001

Penguji 3

Dr. Fathoniz Zakka, Lc, M.Th.I.
NIP. 198412192023211010

Penguji 4

Dr. Mutamakin Billa, Lc. M.Ag.
NIP. 197709192009011007



Surabaya, 2 April 2026



Prof. Abdur Kallir Riyadi, Ph.D.
NIP. 197008132005011003

PERSETUJUAN PUBLIKASI



**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 : Aulia Amalia
NIM : 07020322035
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
E-mail address : aulclassroom@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 :

RESILIENSI SINGLE MOM ATAS KETELADANAN MARYAM:

ANALISIS QS. MARYAM AYAT 16–33 DALAM PERSPEKTIF

PSIKOLOGI POSITIF

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 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, 06 April 2026

Penulis

(Aulia Amalia)

ABSTRAK

“Resiliensi *Single Mom* Atas Keteladanan Maryam: Analisis QS. Maryam Ayat 16–33 dalam Perspektif Psikologi Positif”

Menjadi seorang perempuan pada masa kini tidak hanya berkaitan dengan peran tradisional yang diwariskan secara kultural, tetapi juga menghadapi berbagai tuntutan baru akibat dinamika modernitas. Kondisi ini semakin kompleks bagi *single mom* yang harus menjalani tumpang tindih peran sekaligus menghadapi berbagai tekanan, baik sosial, emosional, dan ekonomi. Penelitian ini membahas kisah Maryam *‘Alaihissalām*, bertujuan untuk menganalisis resiliensi Maryam sebagaimana termuat dalam QS. Maryam ayat 16-33, serta menjelaskan relevansinya dalam membangun resiliensi *single mom* di era kontemporer.

Adapun jenis penelitian ini adalah kualitatif yang bersifat deskriptif–analisis dan termasuk dalam kategori *library research*, dengan menelaah serta menganalisis berbagai sumber kepustakaan yang relevan dengan objek kajian. Pendekatan yang digunakan adalah *qasas Al-Qur’ān* untuk mengidentifikasi struktur naratif dan psikologi positif yang dikembangkan Martin E. P. Seligman, yakni konsep PERMA Model—yang meliputi *positive emotion, engagement, relationships, meaning, dan accomplishment*—sebagai pisau analisis untuk mengkaji aspek-aspek resiliensi Maryam. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah Al-Qur’an, khususnya QS. Maryam ayat 16-33, buku ilmu Al-Qur’an yang memuat tema *qasas Al-Qur’ān*, serta berbagai karya Martin E. P. Seligman, khususnya buku yang berjudul “*Flourish*”. Sedangkan sumber sekunder berupa kitab tafsir, buku, jurnal, Bibel, serta sumber literatur lain yang relevan sebagai bahan pengayaan. Pengumpulan data melalui dokumentasi dengan menghimpun dan menelaah berbagai sumber tertulis, kemudian dianalisis secara sistematis dengan menafsirkan ayat secara runtut dan mengkaji berbagai perspektif pendukung guna mengidentifikasi nilai-nilai keteladanan Maryam, yang selanjutnya dilakukan analisis secara kontekstual.

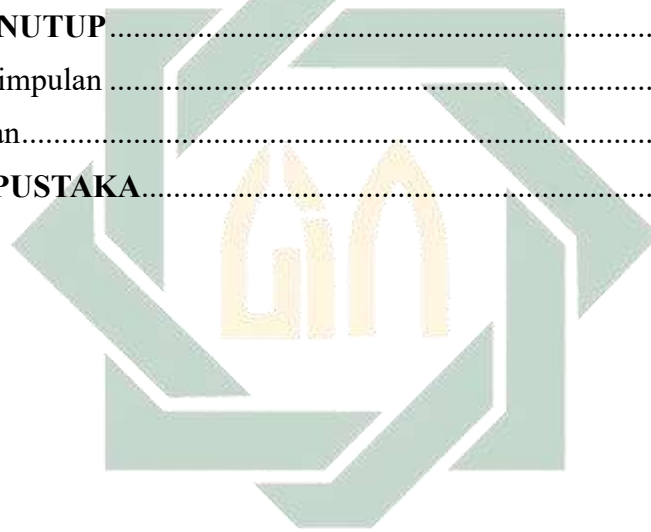
Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi Maryam terbentuk melalui struktur naratif kisah yang mencerminkan tahapan ujian dan respons secara bertahap, mulai dari pemaparan awal hingga penyelesaian konflik. Berbagai nilai keteladanan yang termuat sejalan dengan konsep resiliensi dalam psikologi positif yang dikemukakan oleh Martin E. P. Seligman, yakni kemampuan yang membantu individu mengelola, menghadapi, serta bangkit dari berbagai kesulitan, sekaligus berkontribusi pada tercapainya kesejahteraan psikologis (*well-being*) sehingga nilai-nilai keteladanan Maryam dapat dijadikan landasan dalam membangun ketahanan psikologis *single mom* kontemporer.

Kata Kunci: Resiliensi Maryam, *Single Mom*, *Qasas Al-Qur’ān*, Psikologi Positif, PERMA Model

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN JUDUL	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN SKRIPSI	v
PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI	vii
MOTTO	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR GRAFIK	xviii
DAFTAR TABEL	xix
ABSTRAK	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi dan Batasan Masalah	8
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	10
F. Telaah Pustaka	11
G. Kerangka Teoritik	16
H. Metodologi Penelitian	17
I. Sistematika Pembahasan	21
BAB II RESILIENSI SINGLE MOM, QASAŞ AL-QUR'ĀN SERTA PSIKOLOGI POSITIF	23
A. Kerangka Konseptual Resiliensi	23
B. Realitas dan Tantangan Kehidupan <i>Single Mom</i>	27
C. <i>Qasaş Al-Qur'ān</i> : Pengertian, Macam, dan Faedahnya	32
D. Psikologi Positif Martin E. P. Seligman	36

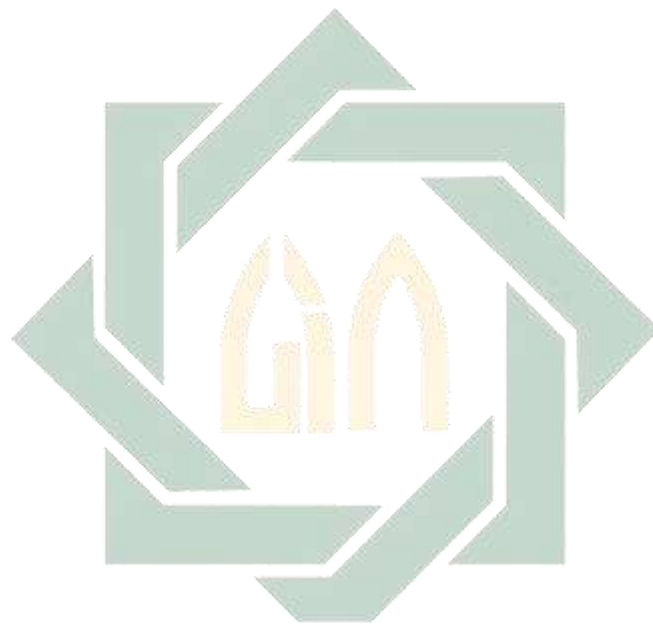
BAB III KISAH MARYAM DAN PENAHSIRAN QS. MARYAM: 16–33....	46
A. Kisah Maryam dalam Bibel dan Literatur Sejarah.....	46
B. Penafsiran QS. Maryam Ayat 16–33	55
C. Nilai-Nilai Keteladanan Maryam sebagai <i>Single Mom</i>	69
BAB IV ANALISIS RESILIENSI MARYAM DALAM QS. MARYAM AYAT 16-33	75
A. Ketahanan Psikologis Maryam dalam Perspektif Psikologi Positif.....	75
B. Relevansi Nilai Keteladanan Maryam bagi Resiliensi <i>Single Mom</i> Kontemporer Perspektif Psikologi Positif.....	89
BAB V PENUTUP.....	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	96
DAFTAR PUSTAKA.....	97



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

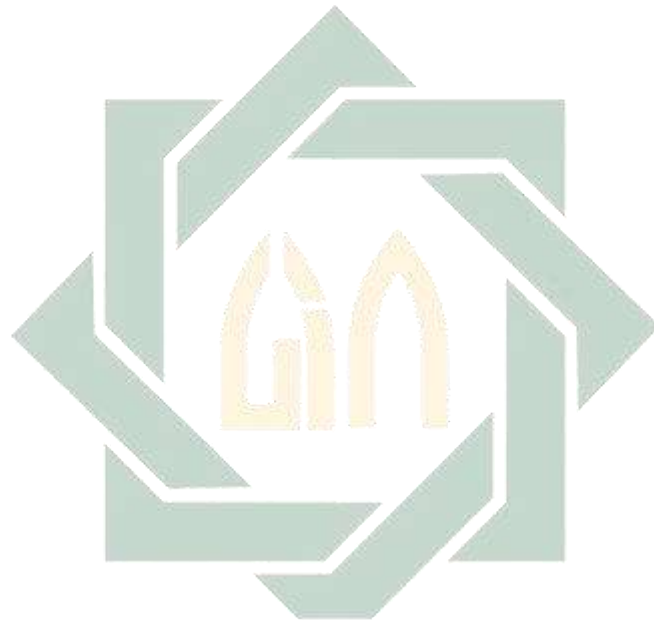
Gambar 3.1 Martin E. P. Seligman 37



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GRAFIK

Grafik 3.1 Peningkatan Kepala Keluarga Perempuan di Indonesia (2009-2025)	28
---	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Analisis Ketahanan Maryam dalam QS. Maryam Ayat 16-33 Perspektif PERMA Model	80
---	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Afifi, Tracie O., dkk. "Mental Health Profiles among Married, Never-Married, and Separated/Divorced Mothers in a Nationally Representative Sample." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 41, no. 2 (Februari 2006).
- Ajahari. *Ulumul Qur'an (Ilmu-Ilmu Al Qur'an)*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2018.
- Al-Gharani, Ibnu Marzuqi. *The Great Mothers*. 1 ed. Yogyakarta: LAKSANA, 2018.
- Al-Qaththan, Manna'. *Mabahits Fi Ulum Al-Qur'an*. Kairo: Maktabah Wahbah, 2004.
- Ananda, Riski. "Kontekstualisasi Kisah Maryam dalam Al-Qur'an Sebagai Karakter Perempuan Muslimah Saat Ini." Skripsi, UIN SUSKA RIAU, 2024.
- Asqālānī, Ibn Hajar al-'. *Fatḥh al-Bārī bi Ṣarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. 1 ed. Vol. 10, disunting oleh 'Abd al-'Aziz. Riyadh: Dār al-Salām, 2000.
- Azizah, Shanera Arianti Nur, dkk. "Menelaah Pengertian, Macam, Dan Tujuan Kisah- Kisah Dalam Al-Quran." *Bayt Al Hikmah: Jurnal Pendidikan Dan Pengembangan Masyarakat Islam* 1, no. 1 (Juli 2025).
- Badan Pusat Statistik (BPS) Republik Indonesia. "Persentase Rumah Tangga menurut Provinsi, Jenis Kelamin Kepala Rumah Tangga, dan Banyaknya Anggota Rumah Tangga, 2009–2025." Tabel Statistik Online. Diakses 1 Januari 2026. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MTYwMyMx/persentase-rumah-tangga-menurut-provinsi--jenis-kelamin-kepala-rumah-tangga--dan-banyaknya-anggota-rumah-tangga--2009-2025.html>.

- Brown, Raymond E. *The Birth of the Messiah: A Commentary on the Infancy Narratives in the Gospels of Matthew and Luke*. The Anchor Bible Reference Library. 1977. Updates Edition. New York: Doubleday, 1993.
- Chandra, Tri Ulva. “Resiliensi Mental dalam Kisah Maryam (Studi Analisis Pendekatan Tafsir Maqashidi).” Thesis, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2024.
- Connor, Kathryn M., dan Jonathan R. T. Davidson. “Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC).” *Depression and Anxiety* 18, no. 2 (2003).
- Crosier, Timothy, dkk. “Mental Health Problems among Single and Partnered Mothers.” *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 42, no. 1 (Januari 2007).
- Diener, Ed, dan Martin E. P. Seligman. “Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being.” *Psychological Science in the Public Interest* 5, no. 1 (2004).
- Falah, Zulaiha Ainul, dkk. “Single Parent Inspiratif: Perspektif Tafsir Maqashidi (Studi Kisah Maryam dalam Al-Quran).” *Al-Mabsut : Jurnal Studi Islam dan Sosial* 18, no. 2 (Agustus 2024).
- Grotberg, E. H. *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*. Contemporary Psychology. Westport, CT: Praeger Publishers, 2003.
- Handayani, Arri. *Psikologi Parenting*. Yogyakarta: CV. Bintang Semesta Media, 2021.
- Handayani, Ayu Mustika, dan Rini Mustikasari Kurnia Pratama. “Konflik Peran Ganda Wanita Karir Dalam Keluarga.” *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat* 12, no. 2 (Desember 2022).

- Hanson, Shirley M. H., Marsha L. Heims, Doris J. Julian, dan Marvin B. Sussman. *Single Parent Families: Diversity, Myths and Realities*. London: The Haworth Press, 1995.
- Hashimi, Muhammad Ali al-. *The Ideal Muslim: The True Islamic Personality as Defined in The Qur'an and Sunnah*. 1 ed. Diterjemahkan oleh Nasiruddin al-Khattab. English Text. Riyadh: International Islamic Publishing House (IIPH), 1997.
- Hikmawati. "Spiritualitas Perempuan dalam Al-Qur'an (Kajian Spiritual Maryam dalam QS. Ali Imran/3: 42-43)." Skripsi, STAI Negeri Majene, 2021.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. 5 ed. Diterjemahkan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga, 2015.
- Ibn Kathīr, Ismā'īl ibn 'Umar. *Tafsīr al-Qur'ān al-'Azīm*. 3 ed. Vol. 5, disunting oleh Sāmī ibn Muḥammad as-Salāmah. Riyadh: Dār Ṭayyībah fī al-Naṣr wa al-Tawzī', 1999.
- Ilmi, Rosikhotul. "Kisah Maryam dalam Surah Maryam (Kajian Hermeneutika Schleiermacher)." Skripsi, STAI Al-Anwar, 2023.
- Jawwafi, Ahmad Fiqhan. "Pesan-Pesan Moral Dari Kisah Maryam Dan Isa: Analisis Surah Maryam [19]: 26-35." Undergraduate, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2021.
- Johnson, Emma. *The Kickass Single Mom : Be Financially Independent, Discover Your Sexiest Self, and Raise Fabulous, Happy Children*. New York, New York : A Tarcher Perigee Book, 2017.
- Kamaruddin, Siti Hajar, dkk. "Daya Tahan Belia: Pengaruh Hubungan Perapatan dalam Institusi Kekeluargaan." *e-Bangi: Journal of Social Sciences and Humanities Special*, no. 2 (2016).

Khālidī, Ṣalāh al-. *Al-Qaṣaṣ al-Qur'ānī: 'Arḍ Waqā'i' wa Taḥlīl Aḥdāth*. 1 ed. Vol. 4. Damaskus: Dār al-Qalām, 1419.

Klohn, Eva C. "Conceptual Analysis and Measurement of the Construct of Ego-Resiliency." *Journal of Personality and Social Psychology* 70 (Mei 1996).

Kusuma Ningrum, Lilia. "Peran Orang Tua dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Anak di Kelurahan Margorejo 25 Polos Kecamatan Metro Selatan." Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Metro, 2019.

Lembaga Alkitab Indonesia. "Lukas 1:26-30." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 11 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/lukas/1/26-30>.

———. "Lukas 1:31-33." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 11 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/lukas/1/31-33>.

———. "Lukas 1:34-38." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 11 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/lukas/1/34-38>.

———. "Lukas 1:39-45." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 11 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/lukas/1/39-45>.

———. "Matius 1:18." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 12 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/matius/1/18>.

———. "Matius 1:19." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 12 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/matius/1/19>.

———. "Matius 1:20." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 12 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/matius/1/20>.

———. "Matius 1:21." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 12 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/matius/1/21>.

———. "Matius 1:22-23." Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 12 Februari 2026. <https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/matius/1/22-23>.

———. “Matius 1:24-25.” Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 12 Februari 2026.
<https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/matius/1/24-25>.

———. “Yesaya 7:14.” Alkitab Terjemahan Baru. Diakses 12 Februari 2026.
<https://www.alkitab.or.id/cari-alkitab/tb/yesaya/7/14>.

Mahardika, Sofya. “Peran Ibu dalam Pembentukan Kepribadian Anak Menurut Ajaran Islam dan Aplikasinya di Kelurahan Pagesangan Barat.” Skripsi, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Mataram, 2011.

Maimun. *Psikologi Pengasuhan: Mengasuh Tumbuh Kembang Anak dengan Ilmu*. 1 ed. Disunting oleh M. Sobri. Mataram: Sanabil, 2017.

Matapanyane, Maki. *Motherhood and Single-Lone Parenting: A 21st Century Perspective*. Canada: Demeter Press, 2016.

Mir’atannisa, Intan Mutiara, dkk. “Kemampuan Adaptasi Positif Melalui Resiliensi.” *Journal of Innovative Counseling* 3, no. 02 (Agustus 2019).

Nasichah, Nasichah, dkk. “Spiritualitas Dan Ketangguhan Mental Dalam Kisah Maryam Binti Imran: Telaah Psikologis Terhadap Narasi Al-Qur’an.” *Jurnal Kajian Islam Dan Sosial Keagamaan* 3, no. 1 (Juli 2025).

Nasution, Wilda Rahma. *Kedudukan Dan Hak-Hak Perempuan Dalam Perspektif Islam*. 4 Januari 2024.

Nazir, Moh. *Metode Penelitian*. 9/10 ed. Bogor: Ghalia Indonesia, 2014.

Norhadi, Norhadi, dkk. “Persepsi Masyarakat Terhadap Perempuan Bekerja di Perkebunan Kelapa Sawit Desa Saliki, Kecamatan Muara Badak, Kabupaten Kutai Kartanegara.” *SEPA: Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian Dan Agribisnis* 15, no. 2 (Agustus 2019).

Peterson, Christopher, dan Martin E. P. Seligman. *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*. Oxford University Press, 2004.

- Positive Psychology Center, University of Pennsylvania. “Martin E.P. Seligman | Positive Psychology Center.” Academic Institutional Website. Positive Psychology Center (PPC). Diakses 28 Januari 2026. <https://ppc.sas.upenn.edu/people/martin-ep-seligman>.
- . “PERMA™ Theory of Well-Being and PERMA™ Workshops | Positive Psychology Center.” Academic Institutional Website. Positive Psychology Center (PPC). Diakses 8 Januari 2026. <https://ppc.sas.upenn.edu/learn-more/perma-theory-well-being-and-perma-workshops>.
- “Qur’an Kemenag.” Diakses 6 September 2023. <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/10?from=1&to=109>.
- Quṭb, Sayyīd. *Al-Taṣwīr al-Fannī fī al-Qur’ān*. 16 ed. Kairo: Dār al-Ṣurūq, 2002.
- Quṭb, Sayyīd. *Fī Zilāl al-Qur’ān*. 32 ed. 4 (Juz 12-18). Kairo: Dār al-Ṣurūq, 1973.
- Ramdhani M., Riesman. “Kekuatan Iman (Transendensi): Dimensi Kekuatan Karakter Sebagai Dasar Kesejahteraan Psikologis Pada Ibu Tunggal Bekerja.” Thesis, Universitas Islam Indonesia, 2014.
- Reivich, Karen, dan Andrew Shatté. *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life’s Inevitable Obstacles*. 1 ed. Disunting oleh Lisa Sloane. New York: Broadway Books, 2002.
- Roosinda, Fitria Widiyani, dkk. *Metode Penelitian Kualitatif*. Zahir Publishing, 2021.
- Rutter, Michael. “Psychosocial Resilience and Protective Mechanisms.” *The American Journal of Orthopsychiatry* 57, no. 3 (Juli 1987).
- Saleh, Sirajuddin. *Analisis Data Kualitatif*. Bandung: Pustaka Ramadhan, 2017.
- Salka, Ririn Febrianty. “Pengendalian Emosi Dalam Al-Qur’an (Analisis Kisah Maryam Binti ‘Imran).” bachelorThesis, FU, 2023.

Santrock, John W. *Human Adjustment*. 6 ed. New York: McGraw-Hill, 2006.

Sari, Ifit Novita, dkk. *Metode Penelitian Kualitatif*. UNISMA PRESS, 2022.

Sari, Nadila Fatika. “Pengaruh Self Esteem, Dukungan Sosial dan Sabar Terhadap Psychological Well Being pada Single Mothers.” Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, 2022.

Satiawan, Zenal. “Kisah Al-Qur’an Sebagai Media Pendidikan: Qur’anic Story as Educational Media.” *NUKHBATUL ‘ULUM: Jurnal Bidang Kajian Islam* 6, no. 1 (Juni 2020).

Satriyandari, Yekti, dkk. “Kesehatan mental dalam perspektif gender: siapa yang lebih rentan.” *Journal of Midwifery Care* 6, no. 01 (September 2025).

Sekarini, Anindyah, dkk. “Konsep Dasar Flourishing Dalam Psikologi Positif.” *Psycho Idea* 18, no. 2 (Agustus 2020).

Seligman, M. E., dan M. Csikszentmihalyi. “Positive Psychology: An Introduction.” *The American Psychologist* 55, no. 1 (Januari 2000).

Seligman, Martin E. P. *Authentic Happiness*. New York: Free Press, 2002.

———. *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being*. First Free Press hardcover edition. New York: Free Press, 2011.

———. *Helplessness: On Depression, Development, and Death*. San Francisco: W. H. Freeman and Company, 1975.

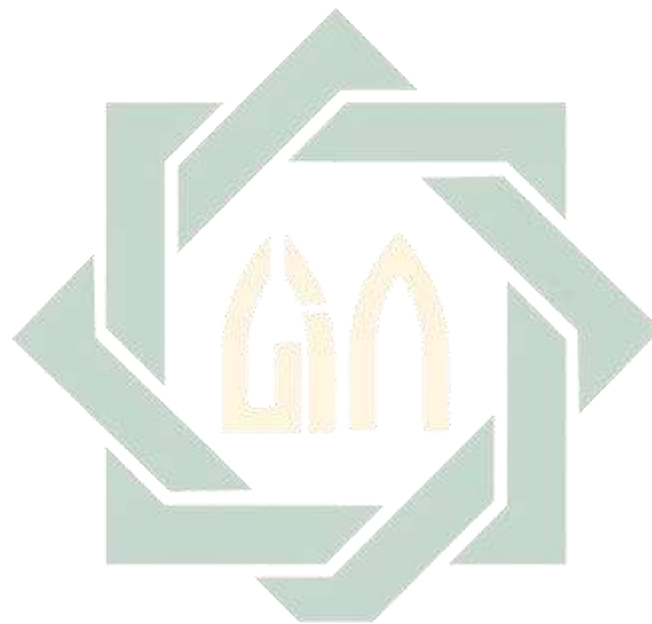
———. *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. Pocket Books. 1990; New York: A. A. Knopf, 1992.

———. *The Hope Circuit*. 1 ed. New York: PublicAffairs, 2018.

Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah (Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur’an)*. Vol. 8. Jakarta: Lentera Hati, 2002.

- . *Tafsir Al-Mishbah (Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an)*. Vol. 11. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Silpia. “Penafsiran QS. Maryam [19]: 16-34 Perspektif Tafsir Maqasidi.” Skripsi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023.
- Susanto, Atikah Septiani, dan Ahmad Nurrohim. “Mental Resilience in the Story of Maryam in QS. 19: 23-26.” *Proceeding ISETH (International Summit on Science, Technology, and Humanity)*, 2025.
- Suyūfī, Jalāluddīn Abdurrahmān al-. *Al-Itqān fī 'Ulūm al-Qur'ān*. Vol. 1. Madinah al-Munawwarah: Mujamma' al-Malik Fahd li Ṭibā'at al-Mushāf asy-Syarīf, 2005.
- Taormina, Robert. “Adult Personal Resilience: A New Theory, New Measure, and Practical Implications.” *Psychological Thought* 8 (April 2015).
- Umam, Rois Nafi'ul. “Aspek Religiusitas Dalam Pengembangan Resiliensi Diri Di Masa Pandemi Covid-19.” *SANGKĒP: Jurnal Kajian Sosial Keagamaan* 4, no. 2 (Desember 2021).
- Utley, Robert B. “Luke 1.” Free Bible Commentary, Bible Lessons International. Diakses 10 Februari 2026. https://www.freebiblecommentary.org/new_testament_studies/VOL03A/VOL03A_01.html.
- . “Matthew 1.” Free Bible Commentary, Bible Lessons International. Diakses 10 Februari 2026. https://www.freebiblecommentary.org/new_testament_studies/VOL01/VOL01_01.html.
- Windle, Gill. “What is resilience? A review and concept analysis.” *Reviews in Clinical Gerontology* 21 (2011).

Wright, Margaret O'Dougherty, dan Ann S. Masten. "Ordinary Magic: Resilience Processes in Development." Dalam *Handbook of Resilience in Children*, disunting oleh Sam Goldstein dan Robert B. Brooks, 227–38. Boston, MA: Springer US, 2005.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A