

**PENGARUH KONSELING ISLAM MELALUI *RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) TERHADAP
PENURUNAN KECEMASAN MAHASISWA KORBAN
GHOSTING TRANSAKSI *ONLINE* DI JOMBANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana (S.Sos)

Disusun Oleh:

Mohammad Zulfian Listiansyah

Nim: 04040322134



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

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

PERNYATAAN ORIENTASI SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertandatangan di bawah ini, saya:

Nama : Mohammad Zulfian Listiansyah
Nim : 04040322134
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Alamat : Dusun. Gedangan, Desa.
Ngudirejo, Kecamatan. Diwek, Kab.
Jombang

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari terbukti ataupun dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang berlaku.

Surabaya, 20 Mei 2026

Dengan ini menyatakan



Mohammad Zulfian Listiansyah

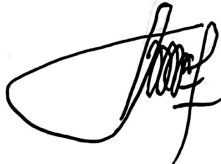
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Mohammad Zulfian Listiansyah
NIM : 04040322134
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Islam Melalui
Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Terhadap
Penurunan Kecemasan Mahasiswa Korban *Ghosting* Transaksi
Online di Jombang

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 08 Mei 2026
Menyetujui Pembimbing

Dosen Pembimbing 1



Drs. Suwatah, M.Si
NIP. 19641215201411002

Dosen Pembimbing 2



Amriana, S.Sos. I., M. Pd.
NIP. 19804112020122019

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI
PENGARUH KONSELING ISLAM MELALUI *RATIONAL*
***EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) TERHADAP**
PENURUNAN KECEMASAN MAHASISWA KORBAN
***GHOSTING* TRANSAKSI *ONLINE* DI JOMBANG**

SKRIPSI

Disusun Oleh:
Mohammad Zulfian Listiansyah
04040322134

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu

Pada 19 Mei 2026
Tim Penguji:

Penguji I

Drs. H. Suwatah, M.Si
NIP. 19641215201411002

Penguji II

Amriana, S.Sos.I, M.Pd
NIP. 19804112020122019

Penguji III

Prof. Dr. H. Abd. Syakur, M.Ag
NIP. 19660704200302001

Penguji IV

Dr. Mohammad Thohir, S.Pd.,
M.Pd.I
NIP. 197905172009011007



Surabaya, 19 Mei 2026
Dekan

Moch. Ghofar Arif, S. Ag. M. Fil. I
NIP. 198410171998031001



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 : Mohammad Zulfian Listiansyah
NIM : 04040322134
Fakultas/Jurusan : FDK/BKI
E-mail address : listiansyahzulfian@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 :

Pengaruh Konseling Islam Melalui *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Terhadap Penurunan Kecemasan Mahasiswa Korban *Ghosting* Transaksi Online di Jombang

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, 11 Juni 2026

Penulis

(Mohammad Zulfian Listiansyah)

ABSTRAK

Mohammad Zulfian Listiansyah, 04040322134, 2026. Pengaruh Konseling Islam Melalui *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Terhadap Penurunan Kecemasan Mahasiswa Korban *Ghosting* Transaksi *Online* di Jombang.

Penelitian ini dilaksanakan karena meningkatnya fenomena *ghosting* dalam transaksi jual beli online yang berdampak pada kondisi psikologis, khususnya kecemasan pada mahasiswa. Korban *ghosting* cenderung mengalami perasaan tidak pasti, khawatir berlebihan, serta gangguan emosional yang memengaruhi aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan suatu intervensi konseling yang efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa korban *ghosting* transaksi online di Jombang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen *Single Subject Research* (SSR) dengan desain A-B-A. Subjek penelitian adalah satu orang mahasiswa berusia 22 tahun yang mengalami kecemasan akibat *ghosting* dalam transaksi online. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan pengukuran berulang pada fase baseline (A1), intervensi (B), dan baseline kedua (A2). Intervensi dilakukan menggunakan teknik konseling REBT yang berfokus pada perubahan pola pikir irasional menjadi rasional melalui tahapan identifikasi, disputing, dan restrukturisasi kognitif.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan intervensi REBT. Hal ini terlihat dari perubahan perilaku, emosi, dan pola pikir subjek yang menjadi lebih adaptif dan rasional. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling REBT berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa korban *ghosting* transaksi online.

Kata Kunci: REBT, Kecemasan, *Ghosting*, Konseling, Mahasiswa

ABSTRACT

Mohammad Zulfian Listiansyah, 04040322134, 2026. *The Effect of Islamic Counseling Through Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) on Reducing Anxiety in Students Victims of Online Transaction Ghosting in Jombang.*

This research is motivated by the increasing phenomenon of ghosting in online buying and selling transactions, which impacts psychological conditions, particularly anxiety in students. Victims of ghosting tend to experience feelings of uncertainty, excessive worry, as well as emotional disturbances that affect daily activities. Therefore, an effective counseling intervention is needed to reduce this level of anxiety. This study aims to determine the effect of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling on reducing the anxiety levels of students who are victims of online transaction ghosting in Jombang.

This research uses a quantitative approach with the type of research being a Single Subject Research (SSR) experiment with an A-B-A design. The research subject is a 22-year-old student who experiences anxiety due to ghosting in online transactions. Data collection was carried out through observation and repeated measurements in the baseline phase (A1), intervention (B) and the second baseline (A2). The intervention was carried out using REBT counseling techniques that focus on changing irrational thought patterns into rational ones through the stages of identification, disputing, and cognitive restructuring.

The results of the study showed a decrease in anxiety levels after the REBT intervention was applied. This can be seen from changes in the subjects' behavior, emotions, and thought patterns becoming more adaptive and rational. Thus, it can be concluded that REBT counseling has an effect on reducing the anxiety levels of students who are victims of ghosting in online transactions.

Keywords: REBT, Anxiety, Ghosting, Counseling, Students

خلاصة

أثر الإرشاد. محمد زولفيان ليستيانسيه، 04040322134، 2026 على (REBT) الإسلامي من خلال العلاج السلوكي العاطفي العقلاني الحد من القلق لدى الطلاب ضحايا الاختفاء المفاجئ في المعاملات الإلكترونية في جومبانج.

في المعاملات (ghosting) يستند هذا البحث إلى تزايد ظاهرة التجاهل التجارية عبر الإنترنت والتي تؤثر على الحالة النفسية، وخاصة القلق بين الطلاب. يميل ضحايا التجاهل إلى الشعور بعدم اليقين، والقلق المفرط، واضطرابات عاطفية تؤثر على الأنشطة اليومية. ولذلك، هناك حاجة إلى تدخل استشاري فعال للحد من مستوى القلق هذا. يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني (REBT) في خفض مستوى القلق لدى الطلاب ضحايا التجاهل في المعاملات عبر الإنترنت في جومبانج.

Single Subject تستخدم هذه الدراسة نهجًا كميًا مع نوع بحث تجريبي موضوع البحث هو طالب واحد A-B-A بتصميم (SSR) يتصميم (SSR) يبلغ من العمر 22 عامًا يعاني من القلق نتيجة للتجاهل في المعاملات عبر الإنترنت. تم جمع البيانات من خلال الملاحظة والقياس المتكرر في والخط الأساس الثاني، (B) والتدخل، (A1) مرحلة الخط الأساس التي تركز REBT تم إجراء التدخل باستخدام تقنيات الإرشاد. (A2) على تغيير أنماط التفكير غير العقلانية إلى عقلانية من خلال مراحل التحديد، والاعتراض، وإعادة الهيكلة المعرفية.

أظهرت نتائج البحث وجود انخفاض في مستوى القلق بعد تقديم تدخل يتضح ذلك من التغيير في (REBT) العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني سلوكيات وعواطف ونمط تفكير المشاركين التي أصبحت أكثر تكيفًا لها REBT وعقلانية. وبذلك، يمكن الاستنتاج أن الاستشارة باستخدام تأثير في خفض مستوى القلق لدى الطلاب الذين تعرضوا لتجربة التجاهل في المعاملات الإلكترونية (ghosting).

الكلمات المفتاحية: العلاج السلوكي العقلاني الانفعالي، القلق، التجاهل
الإرشاد، الطلاب



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	I
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING.....	II
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	III
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	IV
PERNYATAAN OTENSITAS SKRIPSI.....	VI
ABSTRAK.....	VII
<i>ABSRTACT</i>	VIII
ملخص.....	IX
KATA PENGANTAR	X
DAFTAR ISI	XIII
DAFTAR TABEL.....	XV
DAFTAR GRAFIK	XVII
DAFTAR TRANSLITERASI	XVIII
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Operasional	8
F. Hipotesis Penelitian	11
G. Sistematika Pembahasan	11

BAB II TEKNIK KONSELING ISLAM MELALUI REBT TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN MAHASISWA KORBAN GHOSTING TRANSAKSI ONLINE.....	13
A. Konseling Islam	13
B. <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	14
C. Kecemasan	28
D. Ghosting	32
E. Penelitian Terdalu yang Relevan	33
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	37
B. Teknik Validitas dan Reliabilitas	44
C. Teknik Analisis Data	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	47
B. Penyajian Data	51
C. Pengujian Hipotesis	65
D. Pembahasan dan Hasil Penelitian	95
BAB V PENUTUP	100
A. Kesimpulan	100
B. Saran dan Rekomendasi	101
C. Keterbatas Penelitian	101
DAFTAR PUSTAKA	102
LAMPIRAN	107

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Indikator Penelitian.....	40
Tabel 3.2 Lembar Observasi Konseli	42
Tabel 4.1 Data Skor Keseluruhan Baseline-1	53
Tabel 4.2 Data Skor Keseluruhan Intervensi	59
Tabel 4.3 Data Skor Keseluruhan Baseline-2	63
Tabel 4.4 Persentase Stabilitas Kecemasan Kognitif	71
Tabel 4.5 Persentase Stabilitas Kecemasan Emosional	73
Tabel 4.6 Persentase Stabilitas Kecemasan Perilaku	76
Tabel 4.7 Data Level Stabilitas Rentang Kecemasan Kognitif	77
Tabel 4.8 Data Level Stabilitas Rentang Kecemasan Emosional	78
Tabel 4.9 Data Level Stabilitas Rentang Kecemasan Perilaku	78
Tabel 4.10 Level Perubahan Kecemasan Kognitif	79
Tabel 4.11 Level Perubahan Kecemasan Emosional	79
Tabel 4.12 Level Perubahan Kecemasan Perilaku.....	80
Tabel 4.13 Analisis Dalam Kondisi Kecemasan Kognitif	81
Tabel 4.14 Analisis Dalam Kondisi Kecemasan Emosional	82
Tabel 4.15 Analisis Dalam Kondisi Kecemasan Perilaku	83
Tabel 4.16 Perubahan Kecenderungan Arah Kecemasan Kognitif ..	84
Tabel 4.17 Perubahan Kecenderungan Arah Kecemasan Emosional	84
Tabel 4.18 Perubahan Kecenderungan Arah Kecemasan Perilaku ..	85
Tabel 4.19 Level Perubahan Kecemasan Kognitif	85

Tabel 4.20 Level Perubahan Kecemasan Emosional	86
Tabel 4.21 Level Perubahan Kecemasan Perilaku	86
Tabel 4.22 Persentase Overlap Baseline-1 ke Intervensi Kecemasan Kognitif	88
Tabel 4.23 Persentase Intervensi ke Baseline-2 Kecemasan Kognitif	89
Tabel 4.24 Persentase Baseline-1 ke Intervensi Kecemasan Emosional	90
Tabel 4.25 Persentase Intervensi ke Baseline-2 Kecemasan Emosional	91
Tabel 4.26 Persentase Baseline-1 ke Intervensi Kecemasan Perilaku	92
Tabel 4.27 Persentase Intervensi ke Baseline-2 Kecemasan Perilaku	93
Tabel 4.28 Analisis Antar Kondisi Kecemasan Kognitif	93
Tabel 4.29 Analisis Antar Kondisi Kecemasan Emosional	94
Tabel 4.30 Analisis Antar Kondisi Kecemasan Perilaku	94



 UIN SUNAN AMPEL
 S U R A B A Y A

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Indikator Baseline-1 Kecemasan Kognitif	53
Grafik 4.2 Indikator Baseline-1 Kecemasan Emosional	54
Grafik 4.3 Indikator Baseline-1 Kecemasan Perilaku	54
Grafik 4.4 Indikator Intervensi Kecemasan Kognitif	60
Grafik 4.5 Indikator Intervensi Kecemasan Emosional	60
Grafik 4.6 Indikator Intervensi Kecemasan Perilaku	61
Grafik 4.7 Indakator Baseline-2 Kecemasan Kognitif	64
Grafik 4.8 Indakator Baseline-2 Kecemasan Emosional	64
Grafik 4.9 Indakator Baseline-2 Kecemasan Perilaku	65
Grafik 4.10 Kecenderungan Arah Kecemasan Kognitif	67
Grafik 4.11 Kecenderungan Arah Kecemasan Emosional	68
Grafik 4.12 Kecenderungan Arah Kecemasan Perilaku	68
Grafik 4.13 Kecenderungan Stabilitas Kecemasan Kognitif	70
Grafik 4.14 Kecenderungan Stabilitas Kecemasan Emosional	73
Grafik 4.15 Kecenderungan Stabilitas Kecemasan Perilaku	75
Grafik 4.16 Baseline-1 ke Intervensi Kecemasan Kognitif	87
Grafik 4.17 Intervensi ke Baseline-2 Kecemasan Kognitif	88
Grafik 4.18 Basline-1 ke Intervensi Kecemasan Emosional	89
Grafik 4.19 Intervensi ke Baseline-2 Kecemasan Emosional	90
Grafik 4.20 Baseline-1 ke Intervensi Kecemasan Perilaku	91
Grafik 4.21 Intervensi ke Baseline-2 Kecemasan Perilaku	92

DAFTAR PUSTAKA

- Addawiyah, Aryadana Hasanah Makhriifah, dan Jihan Aprilia. 2023. "Emotion Focused Coping yang Dilakukan oleh Korban Ghosting." *Parade Riset*, 1.
- Albaar, Ragwan, dan Amriana. 2025. "When Ritual Is Experienced as Healing: An Islamic Counseling Oriented Phenomenological Study of Kololi Kie within the Ternate Community, Indonesia." *13(4)*: 166–179.
- American Psychiatric Association. 2013. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Andi, Asrul Madi Baharuddin, Aswar Muhammad, Ibrahim Alang, dan Haq. 2018. *Metodologi Penelitian*. Makassar: Gunadarma Ilmu.
- Ananda, Rizky, Muhammad Yuliansyah, dan Eka Sri Handayani. 2022. "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Broken Home di Kelas XI MAN 4 Banjar." *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, 8: 5–7.
- Anuari, Farikha Wahyu Lestari, Arri Handayani, dan Dedes. 2022. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Para Orangtua di Masa Pandemi Covid-19." *Majalah Lontar Universitas PGRI Semarang*, 34: 70.
- Beck, Aaron T. 1976. *Cognitive Therapy and the Emotional Disorders*. New York: International Universities Press.
- Calhoun, J. F., dan J. R. Acocella. 2019. *Psikologi tentang Penyesuaian Diri*. Semarang.
- Darmawan. 2019. "Musik Kejien dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan, Stres, dan Depresi." *Jurnal Universitas Mulawarman*, 5(1): 45.
- Djaali. 2020. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

- Djoerban, Irwanto, dkk. Surilena. 2023. "REBT Integration in Public and Private Outpatient Settings."
- Duli, Nikolaus. 2019. Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa Konsep Dasar untuk Penulisan Skripsi dan Analisis Data dengan SPSS. Yogyakarta: Deepublish.
- Fitri, Farah Fauziah, Fransisca Iriani, dan Roesmala Dewi. 2023. "Perilaku Ghosting Pengguna Aplikasi Kencan: Harga Diri dan Kecemasan Sosial." *J-Psyche*, 17(2): 99–108. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v17i2.2790>
- Ghufron, M. Nur, dan Rini Risnawati S. 2010. Teori-Teori Psikologi. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gondal, M. U., dkk. 2024. "Tawakkul Mediates Between Personality Traits and Mental Health." *Psychiatry Research*.
- Hamka. 2006. Tafsir Al-Azhar Juz XIII–XIV. Jakarta: Pustaka Panjimas.
- Hutami, Nawal El-Wani Trah. 2020. Hubungan Perilaku Ghosting dengan Depresi pada Remaja Akhir.
- Ilham Taufik, Ginanjar Prasetyanto. 2023. Konseling Individu Pendekatan REBT: Meningkatkan Achievement Siswa Korban Bullying.
- Karauwan, Matthew Zico. 2020. "Refleksi Kecemasan dalam Final Destination 3 Karya James Wong." *Jurnal Universitas Sam Ratulangi*, 2.
- Komalasari, Gantina. 2011. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks.
- Komalasari, Gantina. 2018. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks.
- Komalasari, Gantina. 2019. Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks.
- Latipun. 2003. Psikologi Konseling. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Latipun. 2018. Psikologi Konseling. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

- Limbong, Asnah Marlina N., dan I Komang Adil Subagio. 2023. "Dampak Teknologi Informasi dan Komunikasi terhadap Aktivitas Pendidikan." *Journal of Learning and Technology*, 2(1): 41. <https://doi.org/10.33830/jlt.v2i1.5844>
- Mahmud, Alimuddin, dan Kustiah Sunarty. 2021. *Mengenal Teknik-Teknik Bimbingan dan Konseling*. Makassar: Badan Penerbit UNM.
- Miharja, Sugandi. 2020. "Menegaskan Definisi Bimbingan Konseling Islam, Suatu Pandangan Ontologis." *Jurnal At-Taujih*, 3. <https://doi.org/10.22373/taujih.v3i1.6956>
- Nadiratul Amirah, dan Yeni Karneli. 2025. "Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam Konseling Kelompok: Menantang Keyakinan Irasional." 2.
- Natawidjaya, Rochman. 2019. *Konseling Kelompok: Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: Rizqi Press.
- Novinta, D. N. 2023. "Kecemasan Akademik dan Pengaruh REBT pada Siswa SMA."
- Nurhayati, L. 2022. "Dampak Negatif Ghosting dalam Transaksi Online terhadap Kepercayaan Konsumen." *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(1): 45–53.
- Oktaviawati, M. 2024. "Pendekatan Teknik Cognitive Behavioral Therapy sebagai Intervensi Konseling Online untuk Menurunkan Kecemasan Akademik." *Jurnal COBA BK*.
- Pancani, Luca, Nicolas Aureli, dan Paolo Riva. 2022. "Relationship Dissolution Strategies: Comparing the Psychological Consequences of Ghosting, Orbiting, and Rejection." *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 16(2), Article 9. <https://doi.org/10.5817/CP2022-2-9>
- Pasarelu, Costina-Ruxandra, G. C. Z., Anca Dobrea, dan Gerhard Andersson. 2021. "Feasibility and Clinical Utility of a Transdiagnostic Internet-Delivered REBT-Based Intervention for Adolescents with Anxiety and Depressive Disorders."

- Journal of Clinical Medicine, 10(17).
<https://doi.org/10.3390/jcm10173760>
- Prahmana, Rully Charitas Indra. 2021. Single Subject Research. Yogyakarta: UAD Press.
- Pradana, N. D., M. A., dan Sari. 2021. "Perilaku Konsumen dalam Transaksi Jual Beli Online: Kajian E-Commerce di Indonesia." Jurnal Ekonomi dan Bisnis, 24(2): 134–135.
- Prawiyogi, Anggy Giri, dkk. 2021. "Penggunaan Media Big Book untuk Menumbuhkan Minat Membaca di Sekolah Dasar." Jurnal Basicedu, 5(1).
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.787>
- Safaria, Triantoro, dan Nofrans Eka Saputra. 2012. Manajemen Emosi. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Santi, Desiana, dan Angel Purwanti. 2024. "Ghosting Salah Satu Fenomena yang Terjadi pada Aplikasi Kencan Online Bumble." Jurnal Ilmiah Mahasiswa, 5.
- Shaffer, David M. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Edisi ke-5.
- Siburian, Dian Kaloeti Eva, dan Veronika Sakti. 2019. "Pengaruh Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) dalam Menurunkan Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Penyalahgunaan NAPZA di Panti Rehabilitasi." Jurnal Psikologi, 7(10): 40–49. <https://doi.org/10.14710/jpu.7.1.40-49>
- Sugiyono. 2017. Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 1985. Pengantar Teori Konseling. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Sunanto, Juang. 2005. Pengantar Penelitian dengan Subjek Tunggal. Tsukuba: CRICED, University of Tsukuba.
- Sunanto, Juang, Koji Takeuchi, dan Hideo Nakata. 2019. Pengantar Penelitian dengan Subyek Tunggal.
- Surya, Mohammad. 2019. Dasar-Dasar Konseling Pendidikan: Konsep dan Teori. Yogyakarta: Kota Kembang.

- Syaikh, Abdullah bin Muhammad Alu. 2017. Tafsir Ibnu Katsir Jilid 2. Surabaya: Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Syaikh, Abdullah bin Muhammad Alu. 2017. Tafsir Ibnu Katsir Jilid 10. Surabaya: Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Utami, Sari. 2020. "Belanja Online Menjadi Trend Remaja Selama Pandemi Covid-19." AN-NISA: Jurnal Studi Gender dan Anak. <https://doi.org/10.30863/an.v13i1.3977>
- Walen, W., R. S. DiGiuseppe, dan R. Dryden. 2018. A Practitioner's Guide to Rational-Emotive Therapy. New York: Oxford University Press.
- Wati, Sella. Rational Emotive Behavior Therapy.
- Widyasari, Dian Caesaria, Putri Maharani Firseseorang, dan Diah Karmiyati. "Kecemasan Masa Depan dan Sikap Akademik." Jurnal Psikologi, 9: 12.
- Yuliasari, Hesty, dan Peni Nur Rizki. 2022. Ghosting dalam Perspektif Psikologi: Penyebab, Faktor Pendorong, dan Dampak Psikologis.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A