

**PENERAPAN TERAPI PERILAKU DENGAN METODE DZIKIR
UNTUK MENGATASI GANGGUAN KECEMASAN PADA ANAK
PENYANDANG *ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY
DISORDER* (ADHD) DI SEKOLAH TERAPI MUTIARA ANAK
BANGSA SURABAYA**

Skripsi

Disusun untuk Memenuhi Tugas Akhir Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama
(S.Ag) pada Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



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

Disusun Oleh:

**Fathonah Nurzulaela
NIM. 07020621026**

**PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Fathonah Nurzulaela

NIM : 07020621026

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah karya saya sendiri, kecuali yang dirujuk sumber-sumbernya.

Surabaya, 03 Maret 2025

Saya yang menyatakan,



Fathonah Nurzulaela

NIM. 07020621026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Dengan ini skripsi dengan judul “Penerapan Terapi Perilaku dengan Metode Dzikir untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan pada Anak Penyandang *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya” yang ditulis oleh Fathonah Nurzulaela dengan NIM. 07020621026 ini telah disetujui pada 18 Februari 2025.

Surabaya, 18 Februari 2025

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, consisting of a long horizontal stroke with a loop at the end and a smaller loop above it.

Dra. Khadijah, M.Si

NIP. 196611101993032001

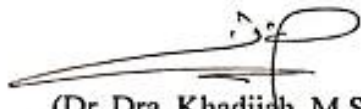
PENGESAHAN SKRIPSI

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi berjudul “Penerapan Terapi Perilaku dengan Metode Dzikir untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan pada Anak Penyandang *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya” yang ditulis oleh Fathonah Nurzulaela ini telah diujikan dalam sidang skripsi di depan Tim Penguji pada program studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Tim Penguji

Penguji I


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

Penguji II


(Dr. Tasmuji, M.Ag)
NIP. 196209271992031005

Penguji III


(Dr. Nasruddin, S.Pd, STh.I MA)
NIP. 197308032009011005

Penguji IV


(Herliyana Isnaeni, M.Psi, Psikolog)
NIP. 198210292023212020

Mengetahui,



Prof. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D

NIP. 197008132005011003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Fathonah Nurzulaela
NIM : 07020621026
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : fathonahnz038@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 :

Penerapan Terapi Perilaku dengan Metode Dzikir untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan pada

Anak Penyandang Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) di Sekolah Terapi Mutiara

Anak Bangsa

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, 27 Mei 2025

Penulis



(Fathonah Nurzulaela)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Fathonah Nurzulaela, NIM (07020621026), “Penerapan Terapi Perilaku dengan Metode Dzikir untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan pada Anak Penyandang *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya”. Skripsi Prodi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Masalah kecemasan pada anak dengan Gangguan perhatian dan hiperaktivitas dapat menghambat perkembangan sosial serta akademik mereka. Terapi perilaku berbasis dzikir pendekatan terapeutik dipilih. Dalam hal ini rumusan masalah yang diangkat adalah 1) Apakah terdapat pengaruh pada penerapan terapi perilaku dengan metode dzikir dalam mengurangi tingkat kecemasan terhadap anak dengan gangguan fokus dan hiperaktivitas di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya? 2) Bagaimana penerapan terapi perilaku dengan metode dzikir dalam mengurangi tingkat kecemasan terhadap anak dengan gangguan fokus dan hiperaktivitas di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya? 3) Bagaimana perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah menjalani proses terapi perilaku dengan metode dzikir? Tujuan penelitian ini adalah mengevaluasi sejauh mana terapi perilaku dengan metode dzikir efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada anak ADHD di Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya. Studi ini menerapkan metode campuran (mixed methods) dengan teorinya Creswell yang mengombinasikan analisis kualitatif dan kuantitatif. Pengumpulan data melalui wawancara, partisipasi observasional, serta pengukuran skala Generalized Anxiety Disorder (GAD-7) sebelum dan setelah intervensi, dengan skor rata-rata *pre-test* 15 (kecemasan parah) dan skor rata-rata *post-test* 6,67 (kecemasan ringan), dengan hasil uji N-Gain menunjukkan angka 1.222 (tinggi) yang memiliki arti bahwa uji normalitas terpenuhi. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terapi perilaku berbasis dzikir memberikan dampak positif terhadap penurunan kecemasan anak ADHD. Teknik dzikir yang diajarkan membantu meningkatkan fokus, mengontrol impulsivitas, serta menciptakan ketenangan emosional. Selain itu, analisis data kualitatif menunjukkan bahwa anak yang rutin berdzikir mengalami perubahan perilaku menjadi lebih tenang dan lebih adaptif dalam menghadapi situasi yang memicu kecemasan. Temuan ini memperkuat bahwa mengintegrasikan terapi perilaku dengan pendekatan spiritual dapat menjadi alternatif intervensi yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis anak ADHD.

Kata Kunci: *Terapi Perilaku, Dzikir, Gangguan Kecemasan, Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
RIWAYAT HIDUP	v
MOTTO.....	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL DAN GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	9
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian.....	12
F. Penelitian Terdahulu.....	12
G. Metode Penelitian.....	17
H. Sistematika Pembahasan.....	25
BAB II LANDASAN TEORI	28
A. Terapi Perilaku.....	28

B. Dzikir	45
C. Gangguan Kecemasan	53
D. <i>Attention Deficit Hyperactivity Disorder</i> (ADHD).....	58
BAB III GAMBARAN UMUM.....	69
A. Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya	69
B. Program-Program Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya.....	77
C. Profil Anak dengan Gangguan Kecemasan pada Penyandang <i>Attention Deficit Hyperactivity Disorder</i> (ADHD) dan Profil Terapis.....	84
BAB IV ANALISIS.....	91
A. Penerapan Terapi Perilaku dengan Metode Dzikir	91
B. Respon Anak ADHD dan Kendala pada Proses Terapi	95
C. Analisis Data.....	102
BAB V PENUTUP	113
A. Kesimpulan	113
B. Saran.....	114
DAFTAR PUSTAKA	cxvi
LAMPIRAN	cxxvii

DAFTAR TABEL DAN GAMBAR

Tabel 1. 1 GAD-7	24
Tabel 3. 1 Data Responden	84
Tabel 3. 2 GAD-7	87
Tabel 3. 3 Data Identitas Terapis Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa Surabaya...	89
Tabel 4. 1 Hasil Data GAD-7	107
Gambar 1 Proses Terapi.....	cxxvii
Gambar 2. Wawancara Terapis Ananda E	cxxvii
Gambar 3. Wawancara Orangtua Ananda E	cxxvii
Gambar 4. Terapis Sekolah Terapi Mutiara Anak Bangsa	cxxvii

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. Made Sudarma, I. Made Sutarga, and Gede Ngurah Indraguna Pinatih. "Faktor Risiko Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) Pada Anak Di Denpasar." *Public Health and Preventive Medicine Archive* 3, no. 1 (July 1, 2015): 35–39.
- Afthoni, Muhammad Riza. "Implementasi Dzikir Sebagai Terapi Sufistik Terhadap Santri Autisme Di Pondok Pesantren Al-Achsaniyyah Kudus." Skripsi, IAIN KUDUS, 2020. Accessed September 27, 2024. <http://repository.iainkudus.ac.id/3665/>.
- Agustina, Diyah, Fitri Apsari, and Faqih Purnomosidi. "Terapi CBT (Cognitive Behavior Therapy) Dalam Menangani Gangguan Konsentrasi Pada Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Di Klinik Anak Yamet Cabang Surakarta." PhD Thesis, Universitas Sahid Surakarta, 2017. Accessed September 8, 2024. <http://repository.usahidsolo.ac.id/id/eprint/37>.
- Aihie, Osenweugwor Ngozi, and Martins Noyosase Igbineweka. "Efficacy of Solution Focused Brief Therapy, Systematic Desensitization and Rational Emotive Behavioural Therapy in Reducing the Test Anxiety Status of Undergraduates in a Nigerian University." *Journal of Educational and Social Research* 8, no. 1 (January 1, 2018): 19–26. Accessed October 21, 2024. <http://archive.sciendo.com/JESR/jesr.2018.8.issue-1/jesr-2018-0002/jesr-2018-0002.pdf>.
- Akbar, Resti Rahmadika, Mutiara Anissa, Insil Pendri Hariyani, and Rhandyka Rafli. "Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas." *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 6, no. 4 (2022): 876–881. Accessed October 27, 2024. <https://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/10008>.
- Al Chusna, Firsas Asa Imamal, and M. Luqman Hakim. "Zikir Dalam Pandangan Islam Dan Sosial." *Jurnal Ilmiah Spiritualis: Jurnal Pemikiran Islam dan Tasawuf* 7, no. 1 (2021): 69–80. Accessed October 24, 2024. <http://ejurnal.iaipdnganjuk.ac.id/index.php/spiritualis/article/view/165>.
- Alang, Asrul Haq. "Teknik Pelaksanaan Terapi Perilaku (Behaviour)." *Al-Irsyad Al-Nafs: Jurnal Bimbingan dan Penyuluhan Islam* 7, no. 1 (2020). Accessed December 22, 2024. https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Irsyad_Al-Nafs/article/view/14205.
- Al-ghazali. *Mutiara Ihya Ulumuddin*. PT Mizan Pustaka, 2014.

- Amin; Totok Jumanoro; Samsul Munir. *Kamus ilmu tasawuf*. Amzah, 2005. Accessed October 24, 2024. [//library.walisongo.ac.id/slims/index.php?p=show_detail&id=14601](http://library.walisongo.ac.id/slims/index.php?p=show_detail&id=14601).
- Anisah, Noor. “Implementasi Terapi Perilaku Pada Anak Attention Deficit Hiperactivity Disorder (ADHD) Analsis Aspek Sosial Emosional Di RA Tarbiyatul Islam Loram Wetan Jati Kudus Tahun Pelajaran 2018/2019.” PhD Thesis, IAIN KUDUS, 2019. Accessed September 6, 2024. <http://repository.iainkudus.ac.id/3190/>.
- Anshori, M. Afif. *Dzikir demi kedamaian jiwa : solusi tasawuf atas problema manusia modern*. Pustaka Pelajar, 2003. Accessed October 25, 2024. [//opac.syekhnuurjati.ac.id%2Fperpuspusat%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D11399](http://opac.syekhnuurjati.ac.id%2Fperpuspusat%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D11399).
- Anufia, Budur, and Thalha Alhamid. “Instrumen Pengumpulan Data” (2019). Accessed September 19, 2024. <https://osf.io/preprints/inarxiv/s3kr6/download>.
- Ardimaningsih, Dewi. “Terapi Behavior Dalam Menangani Anak Hiperaktif Di Harmony Psychology Bureau Rajabasa Bandar Lampung.” PhD Thesis, UIN Raden Intan Lampung, 2020. Accessed November 3, 2024. <http://repository.radenintan.ac.id/9875/1/bab%201&2.pdf>.
- Ash-Shiddieqy, Teungku Muhammad Hasbi. *Pedoman dzikir dan do‘a*. Semarang: PT. Pustaka Rizki Putra, 2002.
- Asy’ari, Mohammad. “Menggali Misteri Di Balik Dahsyatnya Dzikir.” *Spiritualita* 2, no. 1 (2018): 1–25. Accessed October 25, 2024. <https://jurnalfuda.iainkediri.ac.id/index.php/spiritualita/article/view/499>.
- Barkley, Russell A, John F Clarkin, and Otto F Kernberg. “Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook for Diagnosis and Treatment, 3rd Ed.” (n.d.).
- Carona, Carlos, Kevin Ramos, and Céu Salvador. “Psychotherapy by Reciprocal Inhibition : Wolpe’s Unique Legacy to the Evolution of Cognitive–Behavioural Therapy.” *BJPsych Advances* 29, no. 3 (May 2023): 218–222. Accessed October 21, 2024. https://www.cambridge.org/core/product/identifier/S2056467822000755/type/journal_article.
- Corey, Gerald. *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, n.d. Accessed October 17, 2024.

https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=+Teori+dan+praktek+Konseling+%26+Psikoterapi&btnG=.

Domjan, Michael, James W. Grau, and Mark A. Krause. *The Principles of Learning and Behavior*. 6. ed., Internat. student ed. Belmont, Calif.: Wadsworth Cengage Learning, 2010.

Fachrian, Arif. “Gambaran Psikologis Anak ADHD.” *JURNAL SOCIAL LIBRARY* 1, no. 2 (October 22, 2021): 54–57. Accessed October 28, 2024. <http://penelitimuda.com/index.php/SL/article/view/35>.

Fadilla, Annisa Rizky, and Putri Ayu Wulandari. “Literature Review Analisis Data Kualitatif: Tahap Pengumpulan Data.” *Mitita Jurnal Penelitian* 1, no. 3 (2023): 34–46.

Fauzan, Muhammad, and Laila Nur Jamilah. “Efektivitas Relaksasi Dzikir Sebagai Metode Mengatasi Anxiety Pada Mahasiswa Psikologi UHAMKA.” *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 4 (2024): 17–26. Accessed October 25, 2024. <https://journal.arikesi.or.id/index.php/Obsesrvasi/article/view/525>.

Giri, Putu Agus Semara Putra. “Mereduksi Kecemasan Dengan Teknik Desensitisasi Sistematis.” *Widyadari* 21, no. 1 (April 7, 2020). Accessed November 21, 2024. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/widyadari/article/view/737>.

Gould, Karen L., Melanie Porter, Heidi J. Lyneham, and Jennifer L. Hudson. “Cognitive-Behavioral Therapy for Children with Anxiety and Comorbid Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder.” *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry* 57, no. 7 (2018): 481–490.

Hadriani, Hadriani. “Implementasi Dzikir Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual (Perspektif Pendidikan Islam).” *Istiqlal: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 9, no. 1 (October 5, 2021). Accessed October 24, 2024. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqlal/article/view/1244>.

Haikal, Muhammad. “Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengurangi Gejala Kecemasan.” *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi* 10, no. 2 (June 30, 2022): 47–52.

Hakim, Rachman, Firman Firman, and Netrawati Netrawati. “Analisis Literatur Review: Penggunaan Teknik Modelling Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy Untuk Konsentrasi Siswa Dalam Belajar.” *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 6, no. 1 (2023): 21–25. Accessed October

22, 2024. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/alittizaan/article/view/21009>.

Hamka. *Tafsir Al-Azhar*. Vol. XIII–XIV. Jakarta: Pustaka Panjimas, 2008.

Hasbi, M. Ridwan. “Terapi Sufistik Dalam Pengobatan Di Pekanbaru Riau.” *Al-Ulum* 18, no. 2 (2018): 341–364.

Hayat, Abdul. “Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya.” *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora* 12, no. 1 (2014). Accessed September 28, 2024. <https://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/khazanah/article/view/301>.

Hendrayadi, Hendrayadi, Martin Kustati, and Nana Sepriyanti. “Mixed Method Research.” *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran (JRPP)* 6, no. 4 (November 29, 2023): 2402–2410. Accessed November 26, 2024. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp/article/view/21905>.

Ilham, Muhammad Arifin. *Menggapai kenikmatan zikir: fenomena Muhammad Arifin Ilham dan Majelis Zikir Az-Zikra*. Hikmah, 2003.

Irfani, Tsamarah Luthfiyah Ilma. “Terapi Dzikir Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Luar Biasa YPAC Surabaya.” Undergraduate, UIN Sunan Ampel Surabaya, 2023. Accessed September 15, 2024. <http://digilib.uinsa.ac.id/62863/>.

Irfani, Tsamarah Luthfiyah Ilma Irfani. “Terapi Dzikir Dalam Mengatasi Kecemasan Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Luar Biasa Ypac Surabaya” (2023).

Iswardani, Ardymulya. “Sistem Deteksi Dini Jenis Perilaku Attention Deficit Hyperactivity Disorder Berdasarkan Diasnognic and Statistical Manual of Mental Disorders.” *Jurnal Informatika Upgris* 4, no. 1 (2018). Accessed October 28, 2024. <http://journal.upgris.ac.id/index.php/JIU/article/view/2337>.

Itsna, Hidayaturrochmah. “Implementasi Teknik Modeling Untuk Meminimalisir Perilaku Hiperaktif Di Tk Diponegoro 73 Langgongsari Kecamatan Cilongok Kabupaten Banyumas.” PhD Thesis, IAIN Purwokerto, 2021. Accessed October 22, 2024. https://eprints.uinsaizu.ac.id/12132/1/Itsna%20Hidayaturrochmah_Implementasi%20Teknik%20Modeling%20Untuk%20Meminimalisir%20Perilaku%20Hiperaktif%20di%20TK%20Diponegoro%2073%20Langgongsari%20Kecamatan%20Cilongok%20Kabupaten%20Banyumas.pdf.

- Izzani, Faiqotul Maghfiroh, Ivan Mahadika Wibowo, and Rachma Yuniar Maulidiani. "Peningkatan Pengetahuan Terkait Attention Deficit Hyperactivity Disorder Pada Anak Dengan Metode Webinar." *Jurnal Pasopati* 5, no. 4 (2023). Accessed October 28, 2024. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/pasopati/article/view/15047>.
- Jailani, M. Syahran. "Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif." *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (2023): 1–9.
- Jelita, Mimi, Lucky Ramadhan, Andy Riski Pratama, Fadhilla Yusri, and Linda Yarni. "Teori Belajar Behavioristik." *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)* 5, no. 3 (June 27, 2023): 404–411. Accessed October 18, 2024. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/16174>.
- Kamila, Aisyatin. "Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan." *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science* 4, no. 1 (2020): 40–49.
- Kazdin, Alan E. *Behavior Modification in Applied Settings: Seventh Edition*. Waveland Press, 2012.
- Kessler, Ronald C., Maria Petukhova, Nancy A. Sampson, Alan M. Zaslavsky, and Hans-Ulrich Wittchen. "Twelve-month and Lifetime Prevalence and Lifetime Morbid Risk of Anxiety and Mood Disorders in the United States." *International Journal of Methods in Psychiatric Research* 21, no. 3 (September 2012): 169–184. Accessed October 27, 2024. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/mpr.1359>.
- Kroenke, Kurt, Robert L. Spitzer, Janet B.W. Williams, Patrick O. Monahan, and Bernd Löwe. "Anxiety Disorders in Primary Care: Prevalence, Impairment, Comorbidity, and Detection." *Annals of Internal Medicine* 146, no. 5 (March 6, 2007): 317. Accessed October 27, 2024. <http://annals.org/article.aspx?doi=10.7326/0003-4819-146-5-200703060-00004>.
- Lathiposhalhah, Lathiposhalhah. "Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Terapi Perilaku Pada Anak Dengan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd) Di RSUD Ulin Banjarmasin" (2023). Accessed September 5, 2024. <https://idr.uin-antasari.ac.id/25506/>.
- Mar'ati, Rela, and Moh Toriquil Chaer. "Pengaruh Pembacaan Dan Pemaknaan Ayat-Ayat al-Qur'an Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Santriwati." *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 1, no. 1 (2016): 30–48.

- Mardiah, Mardiah. "Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mengurangi Kecemasan Sosial Remaja Lingkungan Mendo Kelurahan Renteng Lombok Tengah." PhD Thesis, UIN Mataram, 2022. Accessed October 22, 2024. <https://etheses.uinmataram.ac.id/3223/>.
- Maslahat, Meta Malihatul, and Vina Noor Laila. "Dhikir Therapy in the Treatment of Anxiety Disorders in Adolescents." *Psikis : Jurnal Psikologi Islami* 8, no. 1 (June 30, 2022): 1–7.
- Mazzone, Luigi, Francesca Ducci, Maria Cristina Scoto, Eleonora Passaniti, Valentina Genitori D'Arrigo, and Benedetto Vitiello. "The Role of Anxiety Symptoms in School Performance in a Community Sample of Children and Adolescents." *BMC Public Health* 7, no. 1 (December 2007): 347. Accessed October 27, 2024. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-7-347>.
- Miltenberger, Raymond G. *Behavior Modification: Principles and Procedures*. Cengage Learning, 2016. Accessed October 21, 2024. <https://thuvienso.hoasen.edu.vn/handle/123456789/9096>.
- Mirnawati, and Amka. *Pendidikan Anak Adhd (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)*. Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2019.
- Muslimin, Muslimin. "Terapi Tasawuf Sebagai Upaya Penanggulangan Stress, Depresi, Dan Kecemasan." *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Kemasyarakatan* 1, no. 1 (2017): 1–25.
- Mustary, Emilia. "Terapi Relaksasi Dzikir Untuk Mengurangi Depresi." *Indonesian Journal of Islamic Counseling* 3, no. 1 (2021): 1–9. Accessed October 25, 2024. <https://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/ijic/article/view/4845>.
- Mutia, Fuji Juhilna. "Terapi Do'a Untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak Dengan Gangguan Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd) Di Rumah Terapi Al-Birru." Diploma, UIN Raden Intan Lampung, 2023. Accessed September 9, 2024. <http://repository.radenintan.ac.id/29761/>.
- Nahar, Novi Irwan. "Penerapan Teori Belajar Behavioristik Dalam Proses Pembelajaran." *NUSANTARA: jurnal ilmu pengetahuan sosial* 1, no. 1 (2016). Accessed October 18, 2024. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=810424&val=13258&title=PENERAPAN%20TEORI%20BELAJAR%20BEHAVIORISTIK%20DALAM%20PROSES%20PEMBELAJARAN>.

- Oktamarin, Lidia, Fika Kurniati, Maratus Sholekhah, Silpa Nurjanah, Sri Wahyuni Oktaria, Sukmawati Sukmawati, and Tantri Apriyani. "Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini." *Jurnal Multidisipliner Bharasumba* 1, no. 02 (April 30, 2022): 119–134.
- Pairunan, Irmawati Kharisma. "Pengaruh Teknik Desensitisasi Sistematis Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Pada Siswa Smp Negeri 1 Rantepao" (2023). Accessed November 21, 2024. <http://eprints.unm.ac.id/26663/>.
- Prima, Elizabeth, and Putu Indah Lestari. "Implementasi Token Economy Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Anak Usia Dini." *Media Edukasi: Jurnal Ilmu Pendidikan* 1, no. 2 (2017). Accessed October 21, 2024. <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/jmk/article/view/301>.
- Prof. Dr Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi (Mixed Methods)*. 9th ed. Bandung: ALFABETA, cv, 2017.
- Puspitasari, Eva Rusdiana. "Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi (Studi Kasus Mahasiswa Fuhum Di Uin Walisongo Semarang)" (n.d.).
- Putri, Gustia Sepriani. "Penerapan Terapi Behavior Terhadap Sikap Hiperaktif Pada Anak ADHD." *Jurnal Judhiku* 3, no. 01 (September 21, 2023): 99–107.
- Rahardjo, M. "Metode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif - Google Scholar." Accessed September 19, 2024. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Metode+Pengumpulan+Data+Penelitian+Kualitatif&btnG=.
- Rahman, Abdur. "Konsep Terapi Perilaku Dan Self-Efficacy." *Jurnal Kependidikan Islam* 4, no. 2 (August 12, 2014): 408–431. Accessed October 17, 2024. <https://jurnalftk.uinsa.ac.id/index.php/JKPI/article/view/1109>.
- Rejeki, Sri. "Psikologi Abnormal Tinjauan Islam." *Semarang: CV. Karya Abadi Jaya* (2015). Accessed October 21, 2024. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=8175009868342073523&hl=en&oi=scholar>.
- Rohmaniar, Sholehatur, and Hetty Krisnani. "Penggunaan Metode Token Economy Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Penyandang Tunanetra Demi Meraih Prestasi." *Jurnal Pekerjaan Sosial* 2, no. 1 (2019). Accessed October 21, 2024. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/1806389>.

- Rosyidawati, Nafila Hana, Arista Ayu Sudrajat, Nadia Hasna Khairunnisa, Baiq Dwi Zulfa Rahmawati, Widia Husnul Khatimah, Putri Apriyani, Amalia Putri Dwi Andriani, Putri Anisa Widyastuti, Dhea Silvi Suryani, and Putri Faizatus Sholihah Nur Azizah. "Anxiety of Final Semester Students: Mini Review." *Ahmad Dahlan Medical Journal* 2, no. 2 (2021): 85–92. Accessed October 27, 2024. <http://www.journal2.uad.ac.id/index.php/admj/article/view/5432>.
- Roziqoh, Alifah Miftakh 'Ainur. "Terapi Behavior Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kemampuan Dukungan Orang Tua Kepada Anak Cerebral Palsy Di Gubuk Hebat Surabaya" (n.d.).
- Rusli, Radif Khotamir, and M. A. Kholik. "Teori Belajar Dalam Psikologi Pendidikan." *Jurnal Sosial Humaniora* 4, no. 2 (2013). Accessed October 18, 2024. <https://core.ac.uk/download/pdf/228440151.pdf>.
- Sa'diyah, Karimatus, Robingaton Robingaton, Yuli Darwati, and Ach Shodiqil Hafil. "Relevansi Tasawuf Dalam Mengurangi Kecemasan Remaja Pada Saat Menghadapi Tes Masuk Perguruan Tinggi." *Gunung Djati Conference Series* 29 (October 16, 2023): 1–11.
- Saleh, Sirajuddin, S Pd, and M Pd. "Analisis Data Kualitatif" (n.d.).
- Saprila, Ripna Nada, Ali Alamsyah Kusumadinata, and Maria Fitriah. "Karakteristik Siswa ADHD (Attention Deficit Hiperactivity Disorder) Di SD Negeri Pasawahan." *Karimah Tauhid* 3, no. 6 (2024): 6532–6539. Accessed October 29, 2024. <https://ojs.unida.ac.id/karimahtauhid/article/view/13615>.
- Sari, Anak Agung Diah Kartika, I. Ketut Gading, and I. Kadek Suranata. "Behavioral Counseling with Systematic Desensitization Techniques to Reduce Anxiety: Development of Counseling Guidelines." *Bisma The Journal of Counseling* 4, no. 2 (October 19, 2020): 129–137. Accessed October 21, 2024. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/bisma/article/view/27898>.
- Sarqawi, Usman Said. *Zikrullah: urgensinya dalam kehidupan*. Remaja Rosdakarya, 2013. Accessed October 25, 2024. http://lib.ummetro.ac.id%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D6599%26keywords%3D.
- Sartini, Nopa Three. "Dzikir Sebagai Psikoterapi Islam Dalam Mengatasi Kecemasan Menurut Dadang Hawari." PhD Thesis, IAIN Bengkulu, 2021. Accessed October 25, 2024. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/6581/>.
- Sciberras, Emma, Melissa Mulraney, Vicki Anderson, Ronald M. Rapee, Jan M. Nicholson, Daryl Efron, Katherine Lee, Zoe Markopoulos, and Harriet

- Hiscock. "Managing Anxiety in Children With ADHD Using Cognitive-Behavioral Therapy: A Pilot Randomized Controlled Trial." *Journal of Attention Disorders* 22, no. 5 (March 2018): 515–520.
- Setyawan, Agung Budi. "Aspect Neurological Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)." *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma* 2, no. 1 (2022): 15–35. Accessed October 28, 2024. <https://journal.uwks.ac.id/index.php/jikw/article/view/78>.
- Simuh, Sufisme Jawa. "Transformasi Tasawuf Islam Ke Mistik Jawa." *Yogyakarta: Yayasan Bentang Budaya* (1996): 1996.
- Skinner, B. F. *Science and Human Behavior*. First Free Press Paperback edition. New York, NY: The Free Press, 1965.
- Soen, Cindy Claudia, Irena Monica Hardjasmita, and Aretha Ever Ulitua. "Generalized Anxiety Disorder: Diagnosis and Treatment." *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis* 1, no. 2 (2021): 133–138. Accessed October 27, 2024. <https://journal.untar.ac.id/index.php/JMMPK/article/view/14865>.
- Sopandi, Mila Amelia, and Nesi Nesi. "Fisioterapi Pada Kasus Cerebral Palsy." *Indonesian Journal of Health Science* 1, no. 2 (December 30, 2021): 47–50. Accessed December 22, 2024. <https://jurnalku.org/index.php/ijhs/article/view/70>.
- Sugiantoro, Budi. "Teknik Desensitisasi Sistematis (Systematic Desensitization) dalam Mereduksi Gangguan Kecemasan Sosial (Social Anxiety Disorder) yang dialami Konseli." *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri* 5, no. 2 (October 28, 2018): 72–82. Accessed October 21, 2024. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor/article/view/13078>.
- Sunanik, Sunanik. "Pelaksanaan Terapi Wicara Dan Terapi Sensori Integrasi Pada Anak Terlambat Bicara." *Nadwa: Jurnal Pendidikan Islam* 7, no. 1 (2013): 19–44. Accessed December 22, 2024. <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/Nadwa/article/view/542>.
- Suryana, Dayat. *Terapi Musik: Music Therapy*. CreateSpace Independent Publishing Platform, 2012.
- Suryani, Ita, Horidatul Bakiyah, and Marifatul Isnaeni. "Strategi Public Relations PT Honda Megatama Kapuk Dalam Customer Relations." *Journal Komunikasi* 11, no. 2 (2020). Accessed September 19, 2024.

<https://www.neliti.com/publications/487468/strategi-public-relations-pt-honda-megatama-kapuk-dalam-customer-relations>.

Syawaludin, Ahmad, and Sri Marmoah. "Reward and Punishment in the Perspective of Behaviorism Learning Theory and Its Implementation in Elementary School." In *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*. Vol. 1, 2018. Accessed October 19, 2024. <https://jurnal.uns.ac.id/SHES/article/view/23614>.

Triantoro, Safaria, and Eka Nofrans. "Manajemen Emosi." *Yogyakarta: Bumi Aksara* (2009). Accessed October 21, 2024. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=16987339842601746574&hl=en&oi=scholar>.

Usman, Amin Syukur; Fathimah. *Insan Kamil (Paket Pelatihan Seni Menata Hati (SMH))*. CV. Bima Sejati, 2006. Accessed October 25, 2024. http://perpustakaan.iainu-kebumen.ac.id/index.php?p=show_detail&id=4923&keywords=.

Wahidah, Evita Yuliatul. "Identifikasi Dan Psikoterapi Terhadap ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Perspektif Psikologi Pendidikan Islam Kontemporer." *Millah: Journal of Religious Studies* (2018): 297–318. Accessed October 28, 2024. <https://journal.uui.ac.id/Millah/article/view/10990>.

Wahyuni, Molli, and Nini Ariyani. *Teori Belajar Dan Implikasinya Dalam Pembelajaran*. Edu Publisher, 2020. Accessed October 19, 2024. <https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=vTYDEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=pengkondisian+operan+skinner&ots=qlvNo1ECA4&sig=5TQR-10eOBxhtU50v0wQhwllRgI>.

Wolpe, Joseph. "Psychotherapy by Reciprocal Inhibition." *Conditional Reflex* 3, no. 4 (October 1968): 234–240. Accessed October 17, 2024. <https://link.springer.com/10.1007/BF03000093>.

Wulandari, Alvianti Maya. "Terapi Relaksasi Bagi Anak Adhd (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) Di Slb Ma'arif Nu Cilogok Kabupaten Banyumas" (n.d.).

Yumnah, Siti, and Abdul Khakim. "Konsep Dzikir Menurut Amin Syukur Dan Relevansinya Dengan Tujuan Pendidikan Islam." *Lisan al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran dan Kebudayaan* 13, no. 1 (2019): 97–118. Accessed October 24, 2024. <https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/lisanalhal/article/view/451>.

Yusup, Nur Avindi. "Hubungan Intervensi Terapi Wicara Dengan Kemampuan Bahasa Anak Gangguan Pendengaran Di Boyolali." *Jurnal Terapi Wicara Dan Bahasa* 1, no. 1 (2022): 25–32. Accessed December 22, 2024. <http://jtwb.org/index.php/jtwb/article/view/16>.

"Psikolog vs. Terapis: Bagaimana Memilih Dan Lainnya." Accessed January 10, 2025. <https://www.healthline.com/health/psychologist-vs-therapist>.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A