

**Peran Konselor Sebaya dari Program Studi Tasawuf dan
Psikoterapi di Pusat Konseling dalam Membantu Mengurangi
Tingkat Stres pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri
Sunan Ampel Surabaya**

Skripsi

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar S.Ag



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

Disusun Oleh:

**Amanda Ailsa
NIM: 07040621066**

**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 : Amanda Ailsa

NIM : 07040621066

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini keseluruhan adalah hasil karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 2 Juni 2025

Saya yang menyatakan,



Amanda Ailsa

07040621066

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Dengan ini skripsi dengan judul “Peran Konselor Sebaya dari Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di Pusat Konseling dalam Membantu Mengurangi Tingkat Stres pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,” yang ditulis oleh Amanda Ailsa dengan NIM 07040621066 ini telah disetujui pada tanggal 2 Juni 2025.

Surabaya, 2 Juni 2025

Dosen Pembimbing



Syaifulloh Yazid, MA.
NIP. 197910202015031001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

PERAN KONSELOR SEBAYA DARI PROGRAM STUDI TASAWUF DAN
PSIKOTERAPI DI PUSAT KONSELING DALAM MEMBANTU
MENGURANGI TINGKAT STRES PADA MAHASISWA UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

SKRIPSI

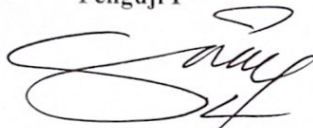
Disusun Oleh:

Amanda Ailsa (07040621066)

Yang diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
pada Tanggal 12 Juni 2025

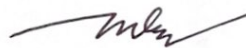
Tim Penguji

Penguji I



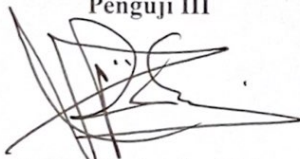
Syaifulloh Yazid, MA.
197910202015031001

Penguji II



Dr. Suhermanto, M. Hum.
196708201995031001

Penguji III



Dr. H. Kharisudin, M.Ag.
196807171993031007

Penguji IV



Muhammad Nikmal Anas
Alhadi, S.Ag., M.A.
199307062022031001

Surabaya, 12 Juni 2025
Dekan

Prof. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D
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 : Amanda Ailsa
NIM : 07040621066
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/ Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : amandaailsa204@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 :

Peran Konselor Sebaya dari Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di Pusat Konseling dalam Membantu Mengurangi Tingkat Stres pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 09 Juli 2025

Penulis



(Amanda Ailsa)

ABSTRAK

Judul Skripsi : Peran Konselor Sebaya dari Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di Pusat Konseling dalam Membantu Mengurangi Tingkat Stres pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Penulis : Amanda Ailsa

NIM : 07040621066

Dosen Pembimbing : Syaifulloh Yazid, MA.

Stres merupakan suatu permasalahan psikologis yang kerap dialami oleh mahasiswa. Namun, tingginya tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa ini tidak diiringi dengan meningkatnya pencarian bantuan psikologis secara profesional. Dalam hal ini, konselor sebaya menjadi alternatif pendampingan psikologis yang lebih diterima oleh mahasiswa karena adanya kesetaraan usia dan pengalaman, terutama dengan latar belakang keilmuan tasawuf serta psikoterapi yang menawarkan pendekatan secara holistik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran konselor sebaya dari Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi dalam membantu mengurangi tingkat stres mahasiswa di Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam, observasi partisipatif, serta dokumentasi terhadap responden yang terdiri dari lima konselor sebaya, satu klien, serta koordinator Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konselor sebaya dari Tasawuf dan Psikoterapi di Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya memiliki peran dalam memberikan dukungan emosional-spiritual, sebagai fasilitator konseling dan intervensi terapeutik, serta edukator kesehatan mental. Keefektifan peran ini didukung dengan adanya keterampilan mendengar dan memvalidasi perasaan, bekal keilmuan dan pelatihan, serta lingkungan konseling yang suportif. Adapun tantangan yang dihadapi konselor sebaya, yaitu keterbatasan waktu dan pengalaman, serta klien sulit terbuka.

Kata Kunci : Konselor Sebaya, Stres, Tasawuf dan Psikoterapi, Pusat Konseling, Kesehatan Mental.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
LEMBAR PERSEMBAHAN	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Penelitian Terdahulu	11
F. Metode Penelitian	18
G. Sistematika Pembahasan	23
BAB II KAJIAN TEORI	26
A. Konselor Sebaya.....	26

1. Definisi Konselor Sebaya.....	26
2. Tujuan Konselor Sebaya	29
3. Teknik dan Keterampilan Dasar Konselor Sebaya	30
4. Prinsip Dasar Konselor Sebaya	32
B. Stres	33
1. Definisi Stres	33
2. Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Stres.....	36
3. Dampak Stres	41
C. Teori Konseling Sebaya	45
D. Perbandingan Konseling Konvensional dan Sufistik	47
E. Tasawuf Dan Psikoterapi	50
1. Deskripsi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi.....	50
2. Relevansi Tasawuf dalam Psikoterapi	52
3. Peran Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Terhadap Pendidikan Konselor.....	57

BAB III GAMBARAN UMUM KONSELOR SEBAYA PUSAT

KONSELING UIN SUNAN AMPEL SURABAYA.....	60
A. Profil Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya.....	60
B. Konselor Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya	64
C. Deskripsi Subjek Penelitian.....	66

BAB IV ANALISIS PERAN KONSELOR SEBAYA DARI PROGRAM

STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI DI PUSAT KONSELING UIN	
SUNAN AMPEL SURABAYA	79
A. Peran Konselor Sebaya dari Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di	
Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya	79
1. Pemberi Dukungan Emosional-Spiritual.....	79
2. Media Pelayanan Konseling dan Intervensi Terapeutik.....	82
3. Edukator Kesehatan Mental dan Program Penguatan Mental.....	85
B. Faktor Pendukung Peran Konselor Sebaya dari Program Studi Tasawuf dan	
Psikoterapi di Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya	86
1. Keterampilan Mendengar dan Validasi Emosi Klien.....	86
2. Bekal Ilmu dan Pelatihan Konseling.....	88
3. Ketersediaan Fasilitas dan Komunitas yang Mendukung	89
4. Kepercayaan dan Respon Positif dari Klien.....	91
C. Tantangan Konselor Sebaya dari Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi di	
Pusat Konseling UIN Sunan Ampel Surabaya	92
1. Klien Sulit Terbuka	92
2. Keterbatasan Waktu dan Jadwal Konseling	93
3. Kurangnya Pengalaman Praktis Konselor Sebaya	95
4. Ketidaksiapan Klien dalam Konseling	97
BAB V PENUTUP	98
A. Kesimpulan.....	98

B. Saran	100
DAFTAR PUSTAKA	103
LAMPIRAN.....	112



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, Vina Robi'ah, Agus Taufiq, and Ipah Saripah. "Urgensi Pendekatan Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Mahasiswa." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 8, no. 2 (February 29, 2024): 1074–85. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i2.5880>.
- Ambarwati, Putri Dewi, Sambodo Sriadi Pinilih, and Retna Tri Astuti. "Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 5, no. 1 (February 6, 2019): 40–47. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.40-47>.
- Anggitiadi, Anggitiadi, Asrina Endarwaty, and Wiesmayani Wiesmayani. "Penerapan Konseling Individu dengan Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy untuk Menurunkan Kecemasan Berbicara Didepan Kelas Pada Siswa SMP Negeri 3 Luwuk." *JIM: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah* 10, no. 2 (May 19, 2025): 642–49. <https://doi.org/10.24815/jimps.v10i2.34495>.
- Arifin, Rahmadan. "Psikoterapi Islam Dalam Mengatasi Gangguan Stres Di Saat Pandemi Covid-19." *Spiritual Healing : Jurnal Tasawuf Dan Psikoterapi* 1, no. 1 (January 22, 2020): 33–39. <https://doi.org/10.19109/sh.v1i1.7819>.

- Astiti, Shofi Puji. "Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseling) dalam Menuntaskan Masalah Siswa." *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 1, no. 2 (December 1, 2019): 243–63. <https://doi.org/10.18326/ijip.v1i2.243-263>.
- B, Hamzah, and Rahmawati Hamzah. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa STIKES Graha Medika." *Indonesian Journal for Health Sciences* 4, no. 2 (September 1, 2020): 59–67. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v4i2.2641>.
- Bullah, Habieb. "Hubungan Stress Akademik Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa S-1 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya." *TSAQAFATUNA: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam* 4, no. 2 (November 3, 2022): 101–16. <https://doi.org/10.54213/tsaqafatuna.v4i2.140>.
- Ellis, Rusnawati, Neleke Huliselan, and Rahmat Fitrah Tuasikal. "Efektivitas Model Konseling Teman Sebaya Untuk Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan* 4, no. 1 (January 1, 2020): 92–102. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v4i1.1112>.
- Ellis, Rusnawati, and Prisca Diantara Sampe. "Efektivitas Konseling Teman Sebaya Untuk Mengurangi Stres Pembimbingan Skripsi Pada Mahasiswa." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 8, no. 21 (November 5, 2022): 440–50. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7294676>.

- Fadli, Muhammad Rijal. "Memahami desain metode penelitian kualitatif." *Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum* 21, no. 1 (April 30, 2021): 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>.
- Fathan, Faris. "Konseling spiritual sebagai upaya mengatasi kecemasan menghadapi skripsi: Studi kasus pada mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2016." UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2020. <https://digilib.uinsgd.ac.id/32611/>.
- Firdaus, Muhammad Taufiq. "Konsep Tasawuf Ibnu Atha'illah al-Sakandari Dan Relevansinya Dengan Konseling Psikosufistik." *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 5, no. 1 (May 23, 2021): 43–62. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i1.2090>.
- Hariaty, Hariaty, Veny Elita, and Ade Dilaluri. "Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi." *Jurnal Keperawatan Profesional* 11, no. 1 (February 18, 2023): 45–51. <https://doi.org/10.33650/jkp.v11i1.5539>.
- Harisma, Baiq Fifiani. "Konseling Sebaya: Sebuah Penanganan Masalah Psikologis Remaja Putus Cinta [Peer Counseing: A Handling of Post-Breakup Adolescent Psychological Promblem]." *Al-Ihtiram: Multidisciplinary Journal of Counseling and Social Research* 1, no. 2 (November 19, 2022): 81–92. <https://doi.org/10.59027/alihtiram.v1i2.250>.

Hudi, Ilham, Hadi Purwanto, Indah Rahayu, Maya Suryany, Mulyani Mulyani, Ratna Susanti, and Suci Puspita Rini. "Analisis Literatur Faktor-Faktor yang Menyebabkan Stres Mahasiswa di Indonesia." *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi* 1, no. 2 (January 26, 2024): 129–36. <https://journal.pipuswina.com/index.php/jippsi/about>.

Indasah, Arina, and Jati Setiya Ningrum. "Studi Kepustakaan : Peran Konselor dalam Meningkatkan Perilaku Mencari Bantuan Psikologis." *Proceedings of Annual Guidance and Counseling Academic Forum*, no. 2023 (July 24, 2023): 152–57. <https://proceeding.unnes.ac.id/agcaf/article/view/2556>.

Instagram. "Pusat Konseling LPM UINSA Official on Instagram: Tim Konselor Profesional Di Pusat Konseling UINSA," August 19, 2024. <https://www.instagram.com/p/C3z4-evhTUD/>.

Iqbal, Muhammad, and Muhammad Rifki Yuda Pratama. "Analisis Pengaruh Keteraturan Frekuensi Shalat Terhadap Tingkat Stress Pada Mahasiswa Muslim Dengan Menggunakan Pendekatan Konseling (Studi Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel)." *Nathiqiyah* 3, no. 1 (May 20, 2020): 27–38. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v3i1.83>.

Istati, Mufida, and Anwar Hafidzi. "Konseling Teman Sebaya Berbasis Islam Dalam Mengurangi Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Tantangan Masyarakat Modern." *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (April 29, 2020): 13–26. <https://doi.org/10.24014/0.8710505>.

Khotijah, Lia Nur, Rahmad Sholikhin, and Nur Inas Widya Lestari. "Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja Dan Relevansinya Dengan Pemikiran Imam Al Ghazali." *Counselle| Journal of Islamic Guidance and Counseling* 3, no. 2 (November 21, 2023): 111–30. <https://doi.org/10.32923/couns.v3i2.3896>.

Malahati, Fildza, Anelda Ultavia B, Putri Jannati, Qathrunnada Qathrunnada, and Shaleh Shaleh. "Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi." *Jurnal Pendidikan Dasar* 11, no. 2 (December 31, 2023): 341–48. <https://doi.org/10.46368/jpd.v11i2.902>.

Monika, Ika, and Melly Juwita. "Urgensi Konselor Sebaya dalam Menginternalisasikan Nilai-nilai Moderasi Beragama." *Indonesian Journal of Educational Counseling* 8, no. 2 (July 31, 2024): 257–70. <https://doi.org/10.30653/001.202482.399>.

Mukhlis, Imam, and Muhammad Syahrul Munir. "Konsep Tasawuf Dan Psikoterapi Dalam Islam." *Spiritualita* 7, no. 1 (June 30, 2023): 62–74. <https://doi.org/10.30762/spiritualita.v7i1.1017>.

Mursalin, Hisan. "Integrasi Tasawuf Dan Psikoterapi Islam: Tinjauan Literatur Tentang Pengaruh Spiritualitas Dan Kesehatan Mental." *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan* 8, no. 1 (June 30, 2024): 79–90. <https://doi.org/10.19109/smxnp693>.

Musabiq, Sugiarti, and Isqi Karimah. "Gambaran Stress Dan Dampaknya Pada Mahasiswa." *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 20, no. 2 (August 30, 2018): 75–83. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>.

- Muzakkir, Muzakkir. *Tasawuf Dan Kesehatan: Psikoterapi Dan Obat Penyakit Hati*. Jakarta: Prenadamedia (Divisi Siraja), 2018.
<http://repository.uinsu.ac.id/8778/>.
- Naan, Naan, and Muhammad Haikal As-Shidqi. "Tasawuf Sebagai Psikoterapi Penyakit Hati." *Living Islam: Journal of Islamic Discourses* 5, no. 2 (December 27, 2022): 187–206. <https://doi.org/10.14421/lijid.v5i2.3909>.
- Nugraha, Desvita. "Pengaruh Konseling Teman Sebaya Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Mahasiswa." *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam* 8, no. 1 (March 2020): 19–40. <https://doi.org/10.15575/irsyad.v8i1.504>.
- Permatasari, Dian, and Emdat Suprayitno. "Factors Affecting the Role of Peer Counselors in Implementing Adolescent Reproductive Health Education in Sumenep District." *INTERNATIONAL JOURNAL OF NURSING AND MIDWIFERY SCIENCE (IJNMS)* 5, no. 1 (April 28, 2021): 16–23. <https://doi.org/10.29082/IJNMS/2021/Vol5/Iss1/337>.
- "Prodi Tasawuf Dan Psikoterapi - UINSA," February 20, 2023. <https://uinsa.ac.id/fuf/tp>.
- "Pusat Konseling LPM-UINSA Untuk Mendukung Masa Depan Unggul - UINSA," February 29, 2024. <https://uinsa.ac.id/blog/pusat-konseling-lpm-uinsa-untuk-mendukung-masa-depan-unggul>.
- Qoyyimah, Nur Rohmah Hidayatul, Rakhmaditya Dewi Noorrizki, Mochammad Sa'id, Juwita Apriliana, and Thifla Thuwaffa Isqy. "Efektivitas Konseling Sebaya Sebagai Upaya Penguatan Kesehatan Mental Remaja

Panti Asuhan.” *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)* 2, no. 2 (August 2, 2021): 166–73. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i2.114>.

Ratnaningtyas, Tri Okta, and Dwi Fitriani. “Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.” *Edu Masda Journal* 3, no. 2 (September 7, 2019): 181–91. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v3i2.40>.

Romiaty, Romiaty, Dony Apriatama, Esty Pan Pangestie, Alfiana Fira Syaharani, and Lois Hutajulu. “Model Konseling Teman Sebaya Untuk Mahasiswa Dengan Menggunakan Aplikasi WhatsApp.” *Jurnal Basicedu* 6, no. 3 (May 1, 2022): 5157–65. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i3.3065>.

Safittri, Eliyaana, Kholifah Jihan Renada, and Khansa Ega Mawarni. “Analisis Faktor Penyebab Stres Pada Mahasiswa Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan.” *Prosiding Seminar Nasional Manajemen* 3, no. 2 (June 7, 2024): 1020–26.

Sakinah, Sakinah widyaningrum. “Hubungan Konselor Dan Konseli Dalam Perspektif Konseling Sufistik.” *Journal of Islamic Education Counseling* 4, no. 2 (December 31, 2024): 69–78. <https://doi.org/10.54213/jieco.v4i2.538>.

- Sari, Mery Retrofita, and Nurul Hartini. "Implementasi Pelatihan Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Empati Remaja Calon Konselor Panti Asuhan Aisyiyah." *Jurnal Psikologi* 11, no. 4 (December 28, 2022). <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v11i4>.
- Sugiarti, Sugiarti, Rismar Julia Utami, Al Ikhlas, Devin Mahendika, Antonius Rino Vanchapo, and M. Aufa Muis. "Gambaran Coping Stress Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi." *Journal on Education* 6, no. 2 (January 4, 2024): 11251–59. <https://www.jonedu.org/index.php/joe/article/view/4918>.
- Suharsono, Yudi, and Zainul Anwar. "Analisis Stress Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa." *Cognicia* 8, no. 1 (March 31, 2020): 41–53. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v8i1.11527>.
- Syah, Muhammad Erwan, Dian Juliarti Bantam, and Inna Zahara. "Pelatihan Konselor Sebaya Sebagai Upaya Meningkatkan School Well Being Pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah Pleret." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara* 4, no. 3 (September 30, 2023): 2990–96. <https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/view/1756>.
- Syarifah, Yuninta Rahmadita Nur. "Implementasi Konselor Sebaya Teman Sehati pada Masa Pandemi COVID-19 di P4K IAIN Purwokerto." IAIN Purwokerto, 2020. <https://repository.uinsaizu.ac.id/8723/>.
- UIN Sunan Gunung Djati Bandung. "Tasawuf Dan Psikoterapi." Accessed January 21, 2025. <https://uinsgd.ac.id/direktori-program-st/tasawuf-dan-psikoterapi/>.

“UINSA Membuka Pusat Konseling: Merawat Kesehatan Mental Mahasiswa - UINSA,” February 28, 2024. <https://uinsa.ac.id/blog/uinsa-membuka-pusat-konseling-merawat-kesehatan-mental-mahasiswa>.

Uroidli, Ali, Andry Syahrul Prayoga, and Siti Khorriyatul Khotimah. “Analisis Faktor Penyebab Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir Dan Upaya Mengatasinya Perspektif Teori Psikososial Erik Erikson.” *IDEA: Jurnal Psikologi* 8, no. 1 (April 30, 2024): 17–32. <https://doi.org/10.32492/idea.v8i1.8103>.

Waruwu, Marinu. “Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif Dan Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method).” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7, no. 1 (April 30, 2023): 2896–2910. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i1.6187>.

Waslah, Waslah. “Peran Ajaran Tasawuf Sebagai Psikoterapi Mengatasi Konflik Batin.” *At-Turats* 11, no. 2 (December 14, 2017): 153–61. <https://doi.org/10.24260/at-turats.v11i2.893>.

Zamroni, Edris, and Masturi Masturi. “Pelatihan Peer Counseling Pada Remaja Di Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Tunas Bangsa Pati.” *Bagimu Negeri : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 1 (May 1, 2017). <https://doi.org/10.52657/bagimunegeri.v1i1.315>.