

**KONSELING SPIRITUAL DENGAN SHOLAWAT THIBBIL  
QULUB UNTUK MENGATASI KECEMASAN KARIR (STUDI  
KASUS DI ASRAMA SUNAN AMPEL PUTRI PONDOK  
PESANTREN MAMBA'UL MA'ARIF JOMBANG)**

**SKRIPSI**

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

**Oleh**

**Nelly Mahardikaning  
NIM. 04020322071**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2025**

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nelly Mahardikaning

NIM : 04020322071

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul *Konseling Spiritual Dengan Sholawat Thibbil Qulub Untuk Mengatasi Kecemasan Karir (Studi Kasus Di Asrama Sunan Ampel Putri Pondok Pesantren Mambaul Maarif Jombang)* adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda rujukan dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya terima dari skripsi tersebut.

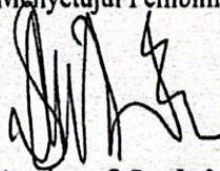
Surabaya, 8 Desember 2025  
Pernyataan,  
  
METERAL  
TEMPEL  
8351ANX052734326  
Nelly Mahardikaning  
NIM.04020322071

## LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Nelly Mahardikaning  
NIM : 04020322071  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : Konseling Spiritual Dengan Sholawat  
Thibbil Qulub Untuk Mengatasi Kecemasan  
Karir (Studi Kasus Di Asrama Sunan Ampel  
Putri Pondok Pesantren Mambaul Maarif  
Jombang)

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 8 Desember 2025  
Menyetujui Pembimbing,



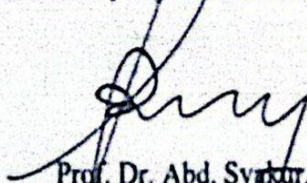
Amriana, S.Sos.I., M.Pd  
NIP. 1980411202014111002

## LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Nelly Mahardikaning  
NIM : 04020322071  
Prodi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : Konseling Spiritual Dengan Sholawat  
Thibbil Qulub Untuk Mengatasi Kecemasan  
Karir (Studi Kasus Di Asrama Sunan Ampel  
Putri Pondok Pesantren Mambaul Maarif  
Jombang)

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 8 Desember 2025  
Menyetujui Pembimbing,



Prof. Dr. Abd. Syukur, M.Ag  
NIP. 196607042003021001

## LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

### KONSELING SPIRITUAL DENGAN SHOLAWAT THIBBIL QULUB UNTUK MENGATASI KECEMASAN KARIR (STUDI KASUS DI ASRAMA SUNAN AMPEL PUTRI PONDOK PESANTREN MAMBAUL MAARIF JOMBANG)

#### SKRIPSI

Disusun Oleh  
Nelly Mahardikaning  
NIM. 04020322071

telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu  
pada tanggal 29 Desember 2025

#### Tim Penguji

Penguji I

Amriana, S.Sos.I., M.Pd  
NIP.1980411202014111002

Penguji II

Prof. Dr. Abd. Syukur, M.Ag  
NIP.196607042003021001

Penguji III

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

Penguji IV

Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd  
NIP.197008251998031002

Surabaya, 5 Januari 2026



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

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Nelly Mahardikaning  
NIM : 04020322071  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah & Komunikasi / Program Studi Bimbingan Konseling Islam  
E-mail address : mahardikanelly@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 :

"Konseling Spiritual dengan Sholawat Thibbi Qulub untuk Mengatasi  
Kecemasan Karir (Studi Kasus di Asrama Sunan Ampel Putri  
Pondok Pesantren Mambaul Ma'anif Jombang)"

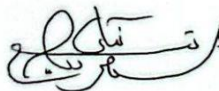
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media 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, 14 Januari 2026

Penulis



( Nelly Mahardikaning )  
nama terang dan tanda tangan

## ABSTRAK

Nelly Mahardikaning, 04020322071, *Konseling Spiritual Dengan Sholawat Thibbil Qulub Untuk Mengatasi Kecemasan Karir (Studi Kasus Di Asrama Sunan Ampel Putri Pondok Pesantren Mambaul Maarif Jombang).*

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam proses dan hasil pelaksanaan *Konseling Islam* yang diintegrasikan dengan *Terapi Sholawat Thibbil Qulub* dalam upaya menangani kecemasan karir pada santri putri. Studi kasus ini dilaksanakan di Asrama Sunan Ampel Putri, Pondok Pesantren Mambaul Maarif Jombang, dengan subjek santri kelas akhir yang menghadapi dilema dan ketidakpastian karir pasca-kelulusan.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, yang dipilih untuk memahami secara komprehensif pengalaman subjektif konseli dalam menghadapi kecemasan karir menjelang kelulusan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, dengan sumber data primer berasal dari konseli, serta sumber data sekunder diperoleh dari sahabat konseli, pembina asrama, dan pengasuh pondok pesantren. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan secara deskriptif-analitis.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa penerapan *Konseling Islam* dengan *Terapi Sholawat Thibbil Qulub* efektif membawa perubahan signifikan pada diri konseli. Perubahan tersebut mencakup reduksi gejala kecemasan (seperti peningkatan ketenangan batin *Sakinah*), perubahan kognitif (meningkatnya pemahaman tentang konsep *tawakkal* dan rezeki), serta peningkatan keyakinan diri dalam menyusun rencana karir yang selaras dengan nilai-nilai agama.

**Kata Kunci:** *Konseling Spiritual, Sholawat Thibbil Qulub, Kecemasan Karir.*

## **ABSTRACT**

*Nelly Mahardikaning, 04020322071, Thesis Title: Spiritual Counseling with Sholawat Thibbil Qulub to Overcome Career Anxiety (Case Study at the Sunan Ampel Putri Boarding School, Mambaul Maarif Islamic Boarding School, Jombang).*

*This study aims to conduct an in-depth analysis of the process and outcomes of Islamic counseling integrated with Sholawat Thibbil Qulub therapy in addressing career anxiety among female students. This case study was conducted at the Sunan Ampel Putri Dormitory, Mamba'ul Ma'arif Islamic Boarding School in Jombang, with the subjects being final-year students facing career dilemmas and uncertainty after graduation.*

*The results of the study indicate that the application of Islamic Counseling with Sholawat Thibbil Qulub Therapy is effective in bringing about significant changes in the counselees. These changes included a reduction in anxiety symptoms (such as an increase in inner peace or *sakinah*), cognitive changes (an increased understanding of the concepts of *tawakkal* and *sustenance*), and an increase in self-confidence in developing career plans that are in line with religious values.*

**Keywords:** *Spiritual Counseling, Sholawat Thibbil Qulub, Career Anxiety.*

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ملخص البحث

نيللي ماهرديكانينغ، 04020322071، عنوان الرسالة الإرشاد الروحي مع شولوات ثيبيل قلوب للتغلب على القلق الوظيفي (دراسة حالة في مسكن سونان أمبل بوتري بيسانترين مامباول معارف جومبانغ).

تهدف هذه الدراسة إلى إجراء تحليل متعمق لعملية ونتائج تطبيق الإرشاد الإسلامي المدمج في محاولة للتعامل مع القلق الوظيفي لدى "شولوات ثيبيل قلوب" مع العلاج بالطالبات. أُجريت دراسة الحالة هذه في مسكن سونان أمبل بوتري في بوندوك بيسانترين مامبا معارف جومبانغ، وكان موضوع الدراسة طالبات السنة النهائية اللاقي واجهن معضلات وحالة من عدم اليقين الوظيفي بعد التخرج.

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن تطبيق الإرشاد الإسلامي مع العلاج بالقلوب الشولوات كان فعالاً في إحداث تغييرات كبيرة لدى المستشارة. وتشمل هذه التغييرات انخفاض أعراض القلق (مثل زيادة الهدوء الداخلي للسكنية)، والتغيرات المعرفية (زيادة فهم مفاهيم التوكل والرزق)، وزيادة الثقة بالنفس في تطوير الخطط المهنية التي تتماشى مع القيم الدينية.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد الروحي، شولوات التوكل، شولوات التوكل، القلق الوظيفي

## DAFTAR ISI

|                                                  |                                      |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>SAMPUL DALAM .....</b>                        | <b>i</b>                             |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING .....</b> | <b>Error!</b>                        |
| Bookmark not defined.                            |                                      |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI .....</b>     | <b>Error! Bookmark not defined.</b>  |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI .....</b>     | <b>iv</b>                            |
| <b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>               | <b>v</b>                             |
| <b>PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI .....</b>      | <b>Error! Bookmark not defined.i</b> |
| <b>ABSTRAK .....</b>                             | <b>viii</b>                          |
| <b>ABSTRACT .....</b>                            | <b>ix</b>                            |
| <b>ABSTRAK .....</b>                             | <b>ix</b>                            |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                      | <b>xi</b>                            |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                          | <b>xiii</b>                          |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                        | <b>xvi</b>                           |
| <b>DAFTAR TRANSLITERASI .....</b>                | <b>xvi</b>                           |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                   | <b>1</b>                             |
| A. Latar Belakang Masalah .....                  | 1                                    |
| B. Pertanyaan Penelitian .....                   | 11                                   |
| C. Tujuan Penelitian .....                       | 11                                   |
| D. Manfaat Penelitian .....                      | 11                                   |
| 1. Manfaat teoretis .....                        | 11                                   |
| 2. Manfaat praktis .....                         | 12                                   |
| a. Bagi Konseli .....                            | 12                                   |
| b. Bagi Konselor dan Pembina Asrama .....        | 12                                   |
| c. Bagi Pesantren .....                          | 12                                   |
| E. Definisi Konsep .....                         | 12                                   |
| 1. Konseling Spiritual .....                     | 13                                   |
| 2. Sholawat Thibbil Qulub .....                  | 13                                   |
| 3. Kecemasan Karir .....                         | 15                                   |
| F. Sistematika Pembahasan .....                  | 16                                   |
| <b>BAB II KAJIAN TEORETIS .....</b>              | <b>17</b>                            |
| A. Konseling Spiritual .....                     | 17                                   |
| 1. Pengertian Konseling Spiritual .....          | 17                                   |
| 2. Aspek Konseling Spiritual .....               | 20                                   |

|                                                      |           |
|------------------------------------------------------|-----------|
| 3. Tujuan Konseling Spiritual .....                  | 20        |
| 4. Fungsi Konseling Spiritual .....                  | 21        |
| 5. Tahapan Konseling Spiritual .....                 | 22        |
| B. Sholawat <i>Thibbil Qulub</i> .....               | 23        |
| 1. Pengertian Sholawat .....                         | 23        |
| 2. Dalil mengisyaratkan Sholawat .....               | 24        |
| 3. Pengertian Sholawat <i>Thibbil Qulub</i> .....    | 25        |
| 4. Manfaat Sholawat <i>Thibbil Qulub</i> .....       | 28        |
| 5. Poin Kekuatan Sholawat <i>Thibbil Qulub</i> ..... | 28        |
| C. Kecemasan Karir .....                             | 30        |
| 1. Pengertian Kecemasan Karir .....                  | 30        |
| 2. Gejala-gejala Kecemasan .....                     | 32        |
| 3. Faktor- Faktor Kecemasan Karir .....              | 33        |
| 4. Aspek Kecemasan Karir .....                       | 24        |
| D. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....           | 25        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....               | <b>41</b> |
| A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....             | 41        |
| B. Objek dan Lokasi Penelitian .....                 | 42        |
| 1. Konseli .....                                     | 42        |
| 2. Konselor .....                                    | 42        |
| 3. Informan .....                                    | 42        |
| C. Jenis dan Sumber Data .....                       | 42        |
| 1. Jenis Data .....                                  | 42        |
| 2. Sumber Data .....                                 | 44        |
| D. Tahap-Tahap Penelitian .....                      | 45        |
| 1. Tahap Pra-Lapangan .....                          | 45        |
| 2. Tahap Penelitian Lapangan .....                   | 46        |
| E. Teknik Pengumpulan Data .....                     | 47        |
| 1. Observasi .....                                   | 47        |
| 2. Wawancara .....                                   | 48        |
| 3. Dokumentasi .....                                 | 50        |
| F. Teknik Validitas Data .....                       | 51        |
| 1. Perpanjangan Keikutsertaan .....                  | 51        |
| 2. Ketekunan Pengamatan .....                        | 51        |
| 3. Ketekunan Pengamatan .....                        | 52        |
| 4. Triangulasi .....                                 | 52        |
| G. Teknik Analisis Data .....                        | 52        |
| 1. Pengumpulan Data .....                            | 53        |

|                                                                                                                                                                                                      |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2. Reduksi Data .....                                                                                                                                                                                | 53        |
| 3. Penyajian Data.....                                                                                                                                                                               | 53        |
| 4. Penarikan Kesimpulan.....                                                                                                                                                                         | 54        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>                                                                                                                                                  | <b>55</b> |
| A. Gambaran Umum Subyek Penelitian .....                                                                                                                                                             | 55        |
| 1. Deskripsi Lokasi Penelitian .....                                                                                                                                                                 | 55        |
| a. Profil Asrama Sunan Ampel Putri.....                                                                                                                                                              | 55        |
| b. Pengambilan Nama Sunan Ampel.....                                                                                                                                                                 | 55        |
| c. Faktor Pendorong Berdirinya Asrama Sunan Ampel Putri .....                                                                                                                                        | 56        |
| d. Jumlah Santri.....                                                                                                                                                                                | 57        |
| 2. Biodata Konselor dan Konseli.....                                                                                                                                                                 | 60        |
| a. Biodata Konselor.....                                                                                                                                                                             | 60        |
| 1) Identitas Konselor .....                                                                                                                                                                          | 60        |
| b. Biodata Konseli.....                                                                                                                                                                              | 61        |
| 1) Identitas Konseli .....                                                                                                                                                                           | 61        |
| 2) Latar Belakang Keluarga.....                                                                                                                                                                      | 61        |
| 3) Latar Belakang Ekonomi.....                                                                                                                                                                       | 61        |
| 4) Kondisi Lingkungan Konseli .....                                                                                                                                                                  | 62        |
| 5) Latar Belakang Agama.....                                                                                                                                                                         | 62        |
| 6) Latar Belakang Pendidikan Konseli.....                                                                                                                                                            | 63        |
| 3. Deskripsi Masalah .....                                                                                                                                                                           | 63        |
| B. Penyajian data.....                                                                                                                                                                               | 68        |
| 1. Deskripsi Proses Konseling Spiritual dengan Sholawat <i>Tibbil Qulub</i> untuk mengatasi Kecemasan Karir (Studi Kasus Di Asrama Sunan Ampel Putri Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Jombang)..... | 68        |
| a. Identifikasi Masalah .....                                                                                                                                                                        | 69        |
| 1) Data dari Konseli .....                                                                                                                                                                           | 69        |
| 2) Data dari Sahabat Konseli.....                                                                                                                                                                    | 70        |
| 3) Data dari Pembina Asrama.....                                                                                                                                                                     | 70        |
| 4) Data dari Pengasuh Asrama .....                                                                                                                                                                   | 71        |
| b. Diagnosis.....                                                                                                                                                                                    | 72        |
| c. Prognosis .....                                                                                                                                                                                   | 73        |
| d. Treatment/Terapi.....                                                                                                                                                                             | 73        |
| 2. Deskripsi Hasil Proses Konseling Spiritual dengan Sholawat Tibbil Qulub untuk Mengatasi Kecemasan                                                                                                 |           |

|                                                                                                |           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Karir (Studi Kasus di Asrama Sunan Ampel Putri Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Jombang)..... | 80        |
| C. Pembahasan Analisis Data dari Hasil Penelitian .....                                        | 81        |
| 1. Perspektif Teori .....                                                                      | 82        |
| 2. Perspektif Keislaman.....                                                                   | 85        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                                                                     | <b>89</b> |
| A. Kesimpulan.....                                                                             | 89        |
| B. Rekomendasi .....                                                                           | 90        |
| C. Keterbatasan Penelitian .....                                                               | 91        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                                    | <b>93</b> |
| <b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>                                                                 | <b>93</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                          |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 4. 1 Jadwal Konseli Sebelum Terapi .....                                                           | 65 |
| Tabel 4. 2 Hasil Catatan Kondisi Konseli Sebelum Mendapatkan<br>Proses Konseling Pada Oktober 2025 ..... | 68 |
| Tabel 4. 3 Identifikasi pikiran negatif yang dirubah ke pikiran positif<br>.....                         | 78 |
| Tabel 4. 4 Hasil catatan sikap/perasaan konseli sesudah konseling .                                      | 81 |
| Tabel 4. 5 Proses Konseling Secara Terjadwal .....                                                       | 82 |
| Tabel 4. 6 Perbandingan Menurut Teori Dan Praktik Lapangan.....                                          | 83 |

## DAFTAR PUSTAKA

- (Bandung: Ilmu cv, 1975), 104-106.
- A. Razak dan H. Hamid, "Fenomena Kecemasan Karier pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Era," *Nama Jurnal* Volume, no. Edisi (2022)
- Abdul Aziz Sa'du, *Jangan Remehkan Amalan-amalan Ringan*, (Yogyakarta: Sabil, 2015), 42-43.
- Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2002), 190.
- Abdul Mujib, *Teori Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2006), 210.
- Abdul Mujib, *Teori Kepribadian dalam Psikologi Islam* (Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2006), 212.
- Abd Syakur, "Metode Ketenangan Jiwa: Suatu Perbandingan antara al-Ghazali dan Sigmund Freud," *ISLAMICA: Jurnal Studi Keislaman* 1, no. 2 (Maret 2007): 167
- Abu Hamid al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin* (Beirut: Dar al-Fikr)
- Agus Santoso, *Konseling Spiritual* (Surabaya: Global Aksara Press, 2010), 10
- Agus Santoso, *Konseling Spiritual* (Surabaya: Global Aksara Press, 2010), 45.
- Agus Santoso, *Konseling Spiritual*, (Surabaya: Global Aksara Press, 2010), hal.6
- Ahmad Muhammad Jalaluddin, *Psikologi Konseling Islam: Teori dan Praktik* (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), 112.
- Ahmad Rofi'i, "Konseling Sufistik dengan Terapi Sholawat Badar untuk Mereduksi Kecemasan Karir pada Santri Akhir" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023), 70.
- Akhmad Johari, "Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Depan pada Santri (Studi di Pondok Pesantren Anwarul Huda Jombang)" (Skripsi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang, 2024), 78.
- Ali Jum'ah, *Al-Shalawat wa Atsaruha al-Ruhiyyah* (Kairo: Dar al-Salam, 2015).

- Andry Afryza Nugraha, "Ayat-Ayat Shalawat Dalam Al-qur'an" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2017), 4.
- Annisa Nur Ramadhani, "Peran Konseling Spiritual dalam Mengatasi Kecemasan Menghadapi Masa Depan" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2020), 88.
- B. Fuad, "Psikologi Perkembangan Remaja dan Masalah Transisi Karir," (Jakarta: Rajawali Pers, 2019), 88.
- B. Fuad, "Psikologi Perkembangan Remaja dan Masalah Transisi Karir" (Jakarta: Rajawali Pers, 2019), 92.
- Beni Ahmmad Saebani dan Khadar Nur jaman. *Manajemen Penelitian*. (Bandung: Pusakaa Setia, 2013), 181.
- Burhan Buginn. *Metode Penelitian Sosial Format Kuantittatif dan Kuallitatif*. (Jawa Timur: UNAIR, 2001), 128
- Burhan Bunginn. *Metode Penelitian Sosial dan Ekonomi*. (Jakarta: Kencana Parenada M Grup. 2013), 128
- Burhan Bunginn. *Metode Penelitian Sosial:Format Kual dan Kuantitatiif*. (Surabaya: UNAIR, 2001), 128.
- Chynthia Novalia Siregar, "Tingkat Kecemasan pada Santri Pondok Pesantren," *Cognicia* 1, no. 1 (2024): 63
- Chynthia Novalia Siregar, "TINGKAT KECEMASAN PADA SANTRI PONDOK PESANTREN," *Cognicia* 1, no. 1 (2024): 63.
- D. E. Super, "A Life-Span, Life-Space Approach to Career Development," *Journal of Vocational Behavior* 16, no. 3 (1980): 285.
- Deni, Dermawan. *Metode Penelitian*. (Bandung: Remaja Rosdakariya, 2014), 38.
- Djumhur dan Moh. Surya, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah*, (Bandung: CV. Ilmu, 1975),104-106
- Djumhur dan Mohammad Suria. *Bimbingan Penyulhuhan di Sekolah*.
- Donald E. Super, *The Psychology of Careers: An Introduction to Vocational Development* (New York: Harper & Row, 1957), 112.

- Donald E. Super, *The Psychology of Careers: An Introduction to Vocational Development* (New York: Harper & Row, 1957), 112-115.
- Dr. A. Khudori Saleh, *Psikologi Islam dan Konseling* (Jakarta: Kencana, 2019), 105.
- Dr. A. Khudori Saleh, *Psikologi Islam dan Konseling* (Jakarta: Kencana, 2019), 155.
- Farid Hasyim dan Mulyono, *Bimbingan dan Konseling Religius* (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2021), 60–61.
- Fatmawati, "Konseling Spiritual Dengan Terapi Dzikir Dan Sholawat Dalam Mengatasi Depresi Ringan Pada Santri" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2018), 65.
- Fitri dan W. Fitriani, "The Effectiveness of Rational Emotive Behavior Therapy in Tackling Various Anxiety," *Jurnal Kopastas* 7, no. 2 (2020): 55–68
- G. Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (Belmont: Brooks/Cole, 2013), 60.
- Gerald Corey, *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (Belmont: Brooks/Cole, 2013), 60
- Halimah Ahmad, Wawancara (*Pengasuh Asrama Sunan Ampel Putri*), tanggal 26 September 2025
- Halimah Ahmad, Wawancara, (*Pengasuh Asrama Sunan Ampel Putri*, tanggal 3 Oktober 2025
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), 134.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), 115.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), 134-136.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), 134.
- Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Kencana Predia Media Group, 2014), 84.
- Hartono dan Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling* (Jakarta: Kencana Predia Media Group, 2014), 86

- Hasil Observasi dan Wawancara Awal di Asrama Sunan Ampel Putri Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Jombang, tanggal 15 September 2025.
- Husnul Khotima, "Pemanfaatan Zikir dan Sholawat Sebagai *Self Healing* Bagi Santri yang Mengalami *Homesickness* di Pondok Pesantren Nurul Haromain Puyung Lombok Tengah" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Mataram, 2023), 75.
- Ibnu Katsir, *Tafsir al-Qur'an al-Azhim*, juz 4 (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah,
- Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin: Dasar-Dasar Pembentukan Mental Spiritual* (Terj. Ismail Yakub) (Jakarta: Pustaka Nasional, 2012), 350
- Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin: Dasar-Dasar Pembentukan Mental Spiritual* (Terj. Ismail Yakub) (Jakarta: Pustaka Nasional, 2012), 410.
- Imroatul (Konseli), Wawancara, tanggal 23 September 2025
- Imroatul (Konseli), *Wawancara*, tanggal 2 Oktober 2025
- Imroatul, Wawancara (Konseli), tanggal 30 September 2025
- Imroatul, Wawancara, (Konseli), tanggal 2 Oktober 2025
- Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, dan Beverly Greene, *Psikologi Abnormal*, ed. 9 (Jakarta: Erlangga, 2018), 125
- Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, dan Beverly Greene, *Psikologi Abnormal*, ed. 9 (Jakarta: Erlangga, 2018), 128.
- KH Muhammad bin Abdullah Faqih, *Majmu'ah Maqru'at Yaumiyah wa Usbu'iyah* (Kediri: Madrasah Aliyah Lirboyo, 2010), 47
- Layla Rifatin, "Konseling Islam dengan Sholawat Thibbil Qulub untuk Meningkatkan Spiritualitas pada Penderita Multiple Sclerosis di Desa Belahanrejo Kedamean Gresik" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019), 70.
- Layla Rifatin, "Konseling Islam dengan Sholawat Thibbil Qulub untuk Meningkatkan Spiritualitas pada Penderita Multiple Sclerosis di Desa Belahanrejo Kedamean Gresik" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019), 70.
- Lexi J Mooleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2014), 327.
- Lexi J. Moleonng, *Metdologi Penelitian Kuallitatif Edisi Revisi* (Bandung: PT. Rosdakarya, 2014), 4

- Lexy J Moleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017), 186.
- M. A. Muslih, "Efikasi Dzikir dan Sholawat sebagai Wasilah Penyembuhan Batin dalam Tradisi Pesantren," *Jurnal Tasawuf dan Psikoterapi* 5, no. 1 (2023): 12.
- M. F. Choiri, *KH. Bisri Syansuri: Fiqih, Pendidikan, dan Kontribusi pada Nahdlatul Ulama* (Jakarta: Pustaka Ilmu, 2022), 140.
- M. Fauzi Rachman, *150 Ibadah Ringan Berpahala Besar*, (Bandung: Mizania, 2013), 173.
- M. I. F. Abadi, "Efektivitas Terapi Dzikir dan Shalawat dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan pada Santri Pondok Pesantren Al-Munawwir Komplek Q Krapyak Yogyakarta" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2021), 65.
- M. Irfan, "Terapi Musik Islami melalui Shalawat Thibbil Quluub untuk Mengurangi Kecemasan pada Seorang Mahasiswa di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2021), 60.
- M. Jannah, "Kecemasan Karier Masa Depan Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Pada Mahasantri Akhir S 1 Uin Sunan Kalijaga Yogyakarta" (Tesis/Disertasi, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2015), 55.
- M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 78.
- M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 78-80.
- M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung: Mizan, 2007), 415.
- M. Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an: Fungsi dan Peran Wahyu dalam Kehidupan Masyarakat* (Bandung: Mizan, 2007), 400.
- M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*, vol. 6 (Jakarta: Lentera Hati, 2000), 280.
- Mahmut Ynnus, *Kamus Arab Indonesia* (Jakarta: PT. Mahmut Ynnus, 2007), 220.
- Maria A. Alexender, "Kematangan Karir Dengan Kecemasan Karir Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasantri Tingkat Akhir," *Jurnal Psikologi Mandala* 7, no. 1 (2023): 15.

- Marinda Aida, Wawancara (*Pembina Asrama Sunan Ampel Putri*), tanggal 24 September 2025
- Marinda Aida, Wawancara, (*Pembina Asrama Sunan Ampel Putri*), tanggal 3 Oktober 2025
- Mohammad Thohir, *Appraisal dalam Bimbingan dan Konseling: Buku Pegangan Mata Kuliah Appraisal Konseling Prodi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Ampel Surabaya* (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press), 49
- Muhammad ibn Isa at-Tirmidzi, *Sunan al-Tirmidzi*, Kitab al-Witr, Bab Ma Ja'a fi Fadhl al-Shalawat.
- Muhammad Thahir, *Terapi Ibadah dalam Konseling Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2018), 45.
- N. Agustin, "Pengaruh Terapi Salat Dhuha Dalam Mengurangi Kecemasan Karir Masa Depan Santri Di SMA Muhammadiyah 8 Gresik" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2019), 45.
- Nadia Amalia, "Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir," (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2021), 45.
- Nadia Amalia, "Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Karir pada Mahasiswa Tingkat Akhir," (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2021), 50.
- O. Kim dan Rajaguru, "Job Seeking Anxiety and Job Preparation Behavior of Undergraduate Students," *Journal of Healthcare* 2, no. 10 (2022): 34–35.
- P. S. Richards dan A. E. Bergin, *A Spiritual Strategy for Counseling and Psychotherapy* (Washington, DC: American Psychological Association, 2005), 45.
- R. Afandi, "Konflik Nilai dan Kecemasan Karir pada Santri Kelas Akhir," *Jurnal Psikologi Islami* 11, no. 2 (2023): 125.
- R. N. Haber dan R. P. Runyon, *Psychology of Adjustment* (Illinois: Dorsey Press, 1984), 210.
- Rifqi Ahmad Rifai, "Islamic Mindfulness (Muraqabah) dalam Mengurangi Stress Kerja," *Jurnal Psikologi Islam* 7, no. 1 (2021): 22.
- Rima Oliv. *Solawat Untuk Jiwa*. (Jakarta: Transmedia Pustaka, 2016), 43.

- Rima Salsabila, "Pengaruh Konseling Spiritual terhadap Kematangan Karir Mahasiswa Tingkat Akhir" (Skripsi, Universitas Negeri Jakarta, 2022), 25.
- Robert W. Lent, Steven D. Brown, dan Gail Hackett, "Toward a Unifying Social Cognitive Theory of Career and Academic Interest, Choice, and Performance," *Journal of Vocational Behavior* 45, no. 1 (1994): 79-122.
- Robert W. Lent, Steven D. Brown, dan Gail Hackett, "Toward a Unifying Social Cognitive Theory of Career and Academic Interest, Choice, and Performance," *Journal of Vocational Behavior* 45, no. 1 (1994): 82.
- S. Kartadinata, *Landasan dan Praktik Konseling Spiritual* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), 65.
- S. Kartadinata, *Landasan dan Praktik Konseling Spiritual* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), 65
- S. Kartadinata, *Landasan dan Praktik Konseling Spiritual* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), 88.
- S. Muttaqin, *Dilema Khidmah dan Karir Profesional: Analisis Konflik Internal Santri di Pesantren* (Yogyakarta: Penerbit Media Islami, 2020), 88.
- S. Nur, "Integrasi Kurikulum Salaf dan Modern di Pesantren Jawa Timur: Studi Kasus PP Mamba'ul Ma'arif," *Jurnal Pendidikan Islam dan Multikulturalisme* 8, no. 1 (2021): 52.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), 156
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Jakarta: Amzah, 2010), 162.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2007), 45
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2007), 48-52.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2007), 58.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam* (Yogyakarta: UII Press, 2007), 58.
- Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), hal. 23

- Sayyid Muhammad Al-Maliki Al-Hasani, *Syifa'ul Qulub (Penyembuh Hati)* (Surabaya: Pustaka Amani, 1999), 78.
- Sayyid Muhammad Al-Maliki Al-Hasani, *Syifa'ul Qulub (Penyembuh Hati)* (Surabaya: Pustaka Amani, 1999), 80.
- Siti Aminah, "Pengaruh Terapi Zikir terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Karir Mahasiswa Akhir," *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4, no. 2 (2020): 89.
- Siti Fatimah, "Sholawat Thibil Qulub Dalam Mengatasi Kecemasan (Studi Kasus Pada Ibu-Ibu Di Desa Jetis, Klaten)" (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2022), 75.
- SN Fuad, *Shalluu Alan Nabiyy* (Jakarta Selatan: Turos Pustaka, 2018), 109–110.
- SN Fuad, *Shalluu Alan Nabiyy* (Jakarta Selatan: Turos Pustaka, 2018), 115
- Sokhi Huda. *Fenomena Shalawat Wahidiyah*. (Jogjakarta: LKIS, 2008), 134-137.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2017), 365.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2017), 361.
- Sugiono. *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif dan Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 329.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 272.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research and Development*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 145.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif dan Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 244
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 363.
- Sugiyono. *Metodologi Penelitian Bisnis*. (Bandung: Alfabeta, 2013), 432-438.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Research And Development*. (Bandung: Alfabeta, 2017), 322-323

- Sutopo. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Surakarta: UNES Semarang Pres, 2002), 52.
- Syekh Yusuf bin Ismail an-Nabhani, *Sa'adah ad-Daraini fi as-Shalat ala Sayyid al-Kaunaini* (Beirut: Darul Kutub al-Ilmiyyah, 2001), 15.
- Syekh Yusuf bin Ismail an-Nabhani, *Sa'adah ad-Daraini fi as-Shalat ala Sayyid al-Kaunaini* (Beirut: Darul Kutub al-Ilmiyyah, 2001), 26.
- Syekh Yusuf bin Ismail an-Nabhani, *Sa'adah ad-Daraini fi as-Shalat ala Sayyid al-Kaunaini* (Beirut: Darul Kutub al-Ilmiyyah, 2001), 26.
- Syekh Yusuf bin Ismail, *Sa'adah ad-Daraini fi as-Shalat ala Sayyid al-Kaunaini*, Cet. Darul Kutub al-Ilmiyyah (Kota Terbit: Darul Kutub al-Ilmiyyah, Tahun Terbit), 26.
- Talita, Wawancara (*Sahabat Konseli*), tanggal 24 September 2025
- Talita, Wawancara (*Sahabat Konseli*), tanggal 30 September 2025
- Talita, Wawancara, (*Sahabat Konseli*), tanggal 3 Oktober 2025
- Tim Dokumentasi Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Denanyar Jombang, *Profil dan Sejarah Pesantren Mamba'ul Ma'arif: Sejak Era KH. Bisri Syansuri hingga Kini* (Jombang: Denanyar Press, 2024), 25.
- Tim Dokumentasi Pondok Pesantren Mamba'ul Ma'arif Denanyar Jombang, *Profil dan Sejarah Pesantren Mamba'ul Ma'arif: Sejak Era KH. Bisri Syansuri hingga Kini* (Jombang: Denanyar Press, 2024), 28.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1988), 857.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1988), 857.
- V. E. Frankl, *Man's Search for Meaning* (Boston: Beacon Press, 2006), 90.
- Y. Al-Jabari, *Spiritual Healing dan Terapeutik dalam Perspektif Psikologi Islam* (Jakarta: Amzah, 2019), 75.
- Yuni Novitasari dan Eko Susanto, *Pendekatan Konseling Spiritualitas* (Bandung: CV Alfabeta, 2024), 30.

- Yunus Al-Jabari, *Spiritual Healing dan Terapeutik dalam Perspektif Psikologi Islam* (Jakarta: Amzah, 2014), 48.
- Yunus Al-Jabari, *Spiritual Healing dan Terapeutik dalam Perspektif Psikologi Islam* (Jakarta: Amzah, 2014), 45.
- Yusuf Mansur, *Doa-Doa Pilihan Kunci Pembuka Pintu Rezeki* (Jakarta: Zikrul Hakim, 2018), 150



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A