

**INTERNALISASI QANA'AH DALAM MENGENDALIKAN
KEBUTUHAN KASIH SAYANG BERLEBIHAN PADA MAHASISWI
FATHERLESS PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT**

Skripsi

Disusun untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag.)

dalam Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



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

Oleh:

Luluk Markhumatul Khusnah

NIM: 07020622040

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

2026

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Luluk Markhumatul Khusnah

NIM : 07020622040

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Saya menyatakan bahwa karya tulis ini disusun sebagai hasil penelitian mandiri. Seluruh isi naskah, kecuali bagian yang secara eksplisit dirujuk dari sumber lain, sepenuhnya menjadi tanggung jawab akademik saya.

Surabaya, 06 April 2026

Saya yang menyatakan,



Luluk Markhumatul Khusnah

NIM: 07020622040

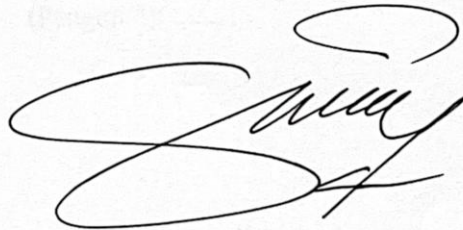
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi berjudul “Internalisasi Qanaah Dalam Mengendalikan Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan Pada Mahasiswi *Fatherless* Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat” yang ditulis oleh Luluk Markhumatul Khusnah ini telah disetujui pada

tanggal 30 Maret 2026

Surabaya, 30 Maret 2026

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Syaifulloh Yazid', with a large, stylized initial 'S' and a long horizontal stroke extending to the right.

Syaifulloh Yazid, Lc., M.A.

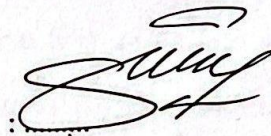
197910202015031001

PENGESAHAN SKRIPSI

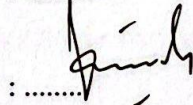
Skripsi berjudul “Internalisasi Qanaah Dalam Mengendalikan Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan Pada Mahasiswi *Fatherless* Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat” yang ditulis oleh Luluk Markhumatul Khusnah ini telah disetujui

Tim Penguji

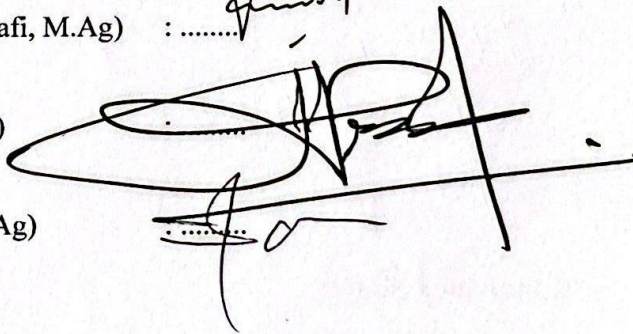
1. (Syiaifulloh Yazid, MA)

: 

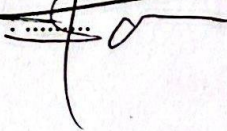
2. (Prof. Dr. H. Mukhtafi, M.Ag)

: 

3. (Dr. Tasmuji, M.Ag)

: 

4. (Latifah Anwar, M.Ag)

: 

Surabaya, 06 April 2026

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat,



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 : Luluk Marhumahul Fhusnah
NIM : 07020622040
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat / Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : _____

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 :

Internalisasi Qanun Dalam Mengendalikan Kesetiaan Kasih
Sayang Berlebihan Pada Mahasiswa Fatherless Program Studi
Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Filsafat

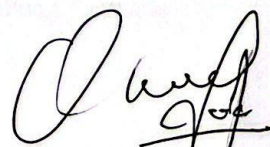
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media 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, 9 April 2016

Penulis



(Luluk Marhumahul F.)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Luluk Markhumatul Khusnah (07020622040), Internalisasi Qanaah Dalam mengendalikan Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan Pada Mahasiswi *Fatherless* Program Studi Fakultas Ushuluddin Filsafat. Skripsi, Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Filsafat, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Fenomena *fatherless* merujuk pada ketidakhadiran figur ayah, baik fisik maupun emosional dalam kehidupan anak, yang berpotensi memengaruhi perkembangan psikologis hingga dewasa muda. Pada mahasiswi, kondisi ini kerap memicu kebutuhan kasih sayang berlebih terhadap lawan jenis sebagai kompensasi emosional. Penelitian bertujuan untuk: (1) mengenali pola kebutuhan kasih sayang berlebih pada mahasiswi *fatherless*. (2) menelaah proses internalisasi nilai qanaah pada kelompok tersebut. (3) menganalisis kontribusi internalisasi qanaah dalam mengendalikan kebutuhan tersebut. Penelitian bersifat kualitatif deskriptif dengan subjek tiga mahasiswi *fatherless* dari Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi UIN Sunan Ampel Surabaya, dipilih melalui *snowball sampling*. Data dikumpul via wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi, dianalisis menggunakan model interaktif Miles dan Huberman. Temuan mengungkap bahwa kebutuhan kasih sayang berlebih pada subjek ditandai dengan (1) kecemasan relasional. (2) ketergantungan emosional. (3) upaya intens mencari perhatian dari lawan jenis. Internalisasi qanaah berlangsung melalui pemahaman spiritual, refleksi diri, serta praktik dzikir, tafakur, dan terapi syukur. Nilai ini terbukti menumbuhkan penerimaan, rasa cukup serta regulasi emosi yang lebih baik, sehingga kebutuhan afeksi menjadi lebih seimbang.

Kata kunci: *Fatherless*, Qanaah, Kebutuhan Kasih Sayang, Internalisasi Nilai.

DAFTAR ISI

PENGESAHAN SKRIPSI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Penelitian Terdahulu.....	9
F. Metode Penelitian.....	22
G. Sistematika Pembahasan	33
BAB II QANA'AH, KEBUTUHAN KASIH SAYANG BERLEBIH, FATHERLESS	47
A. Definisi & Konsep Qana'ah	47
B. Internalisasi Qanaah.....	51
C. Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan dan <i>Love Addiction</i>	52
D. <i>Fatherless</i>	56
E. Hubungan Antar Variabel	61
BAB III MAHASISWI FATHERLESS DAN PROSES INTERNALISASI QANA'AH	63
A. Mahasiswa <i>Fatherless</i>	63
B. Dinamika Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan Pada Informan	67
C. Proses Internalisasi Qanaah.....	70

BAB IV ANALISIS KEBUTUHAN KASIH SAYANG DAN PERAN INTERNALISASI QANAAH PADA MAHASISWI <i>FATHERLESS</i>	83
A. Bentuk Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan pada Lawan Jenis yang Dialami Mahasiswi <i>Fatherless</i>	83
B. Proses Internalisasi Nilai Qanaah pada Mahasiswi <i>Fatherless</i>	87
C. Analisis SWOT: Proses Internalisasi Qanaah	91
D. Peran Internalisasi Qanaah dalam Mengendalikan Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan.....	95
BAB V PENUTUP	100
A. Kesimpulan	100
B. Saran dan Rekomendasi	101
C. Keterbatasan Penelitian.....	101
DAFTAR PUSTAKA.....	102
RIWAYAT HIDUP.....	106
LAMPIRAN.....	107

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

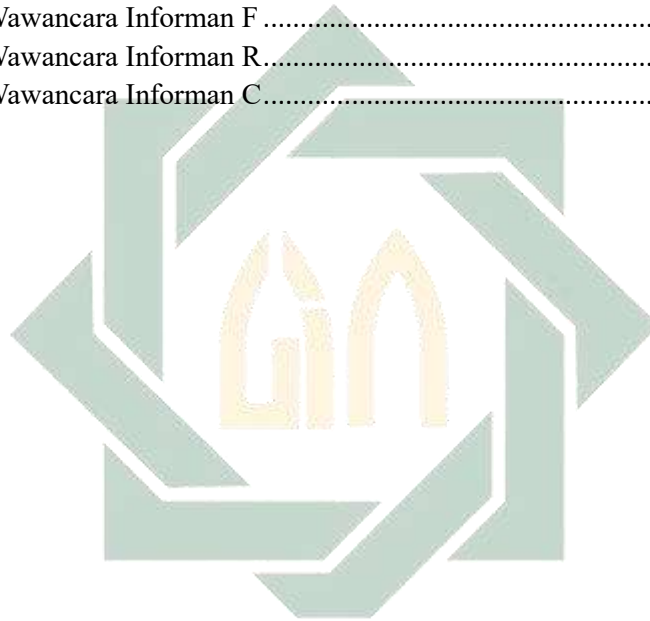
Tabel 1. 1 Penelitian terdahulu	20
Tabel 1. 2 Data Demografis Informan Penelitian	66
Tabel 1. 3 Ringkasan Dinamika Kebutuhan Kasih Sayang Berlebihan.....	69
Tabel 1. 4 Data Analisis SWOT F	91
Tabel 1. 5 Data Analisis SWOT R.....	92
Tabel 1. 6 Data Analisis SWOT C.....	94



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

gambar 1.1 Pernyataan Kesediaan Informan R.....	107
gambar 1.2 Pernyataan Kesediaan Informan F	107
gambar 1.3 Pernyataan Kesediaan Informan C.....	108
Gambar 1.4 <i>Journaling</i> Informan F	123
Gambar 1.5 <i>Journaling</i> Informan R.....	125
Gambar 1.6 <i>Journaling</i> Informan C.....	129
Gambar 1.7 Wawancara Informan F	131
Gambar 1.8 Wawancara Informan R.....	131
Gambar 1.9 Wawancara Informan C.....	131



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdusshomad, Alwazir. "Penerapan Sifat Qanaah Dalam Mengendalikan Hawa Nafsu Duniawi." *Jurnal Asy-Syukriyyah* 21, no. 1 (2020): 21–3. <https://doi.org/10.36769/asy.v21i1.95>.
- Ahya, Awaludin. "Eksplorasi Dan Pengembangan Skala Qana'ah Dengan Pendekatan Spiritual Indigenous." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 7, no. 1 (2019): 13–27. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i1.7834>.
- Astuti, Desi Widiya Puzi, and Bashori Bashori. "Fenomena *Fatherless* Dalam Perspektif Al-Qur'an (Kajian Tentang Relasi Ayah Dan Anak Dalam Kisah Al-Qur'an)." *Fathir: Jurnal Studi Islam* 2, no. 1 (2025): 70–81. <https://doi.org/10.71153/fathir.v2i1.180>.
- Bowlby, John. *Attachment: Attachment and Loss Volume One (Basic Books Classics)*. Vol. I, 1983. <http://www.amazon.com/Attachment-Volume-Basic-Books-Classics/dp/0465005438>.
- Chandra, Annisa Wahyu, Deetje J. Solang, and Rinna Y Kasenda. "Dinamika Psikologis Ketertarikan Mahasiswi Yang Mengalami *Fatherless* Dalam Pemilihan Profil Calon Pasangan Pacar." *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan* 4, no. 3 (2025): 324–40. <https://doi.org/10.55606/inovasi.v4i3.4321>.
- Dengan, Individu, and Stres Kronis. "Jurnal Psikologi" 8762 (2025): 309–16.
- Dewi, Mega Sylvia, Dewi Sukmawati, and Sri Mulyeni. "Perceraian Dan Kematian." *Publikasi Ilmu Psikologi* 3 (2025): 385–97.
- Diri, Penerimaan, Kepercayaan Diri, and D A N Harga Diri. "SELF-ACCEPTANCE , SELF-CONFIDENCE AND SELF-ESTEEM ON EMOTIONAL WELL-BEING IN ADOLESCENTS" 7, no. 1 (2024): 62–72.
- Dutton, D. G., and S. Painter. "Emotional Attachments in Abusive Relationships: A Test of Traumatic Bonding Theory." *Violence and Victims* 8, no. 2 (1993): 105–20. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.8.2.105>.
- Esch, Tobias, and George B. Stefano. "The Neurobiology of Love and Addiction: Central Nervous System Signaling and Energy Metabolism." *Cognitive, Affective and Behavioral Neuroscience* 25, no. 5 (2025): 1225–36. <https://doi.org/10.3758/s13415-025-01333-w>.
- Fabriar, Silvia Riskha. "AGAMA, MODERNITAS DAN MENTALITAS: Implikasi Konsep Qana'ah Hamka Terhadap Kesehatan Mental." *MUHARRIK: Jurnal Dakwah Dan Sosial* 3, no. 02 (2020): 227–43.

<https://doi.org/10.37680/muharrik.v3i02.465>.

Fajarrini, Arsyia, and Aji Nasrul. "Dampak *Fatherless* Terhadap Karakter Anak Dalam Pendidikan Islam." *Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 3, no. 1 (2023): 20–28.

Fathan Abidi, Ahmad. "Kajian Literatur: Internalisasi Nilai-Nilai Tasawuf Dalam Ajaran Tarekat." *Palapa* 9, no. 2 (2021): 335–51. <https://doi.org/10.36088/palapa.v9i2.1494>.

Febriani, Mutia Indria. "The Impact of *Fatherlessness* on Independence and Interpersonal Relationships in Early Adult Women : A Systematic Review," no. 4 (2025): 1–13.

Fontana, Andrea, Sonia Mangialavori, Ilaria Maria Antonietta Benzi, Jacopo Tracchegiani, Laura Antonia Lucia Parolin, Marco Cacioppo, and Nicola Carone. "Attachment Styles Epistemic Trust and Mentalized Affectivity in Love Addiction among Emerging Adult Women." *Discover Psychology* 5, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.1007/s44202-025-00470-0>.

Gori, Alessio, Sara Russo, and Eleonora Topino. "Love Addiction, Adult Attachment Patterns and Self-Esteem: Testing for Mediation Using Path Analysis." *Journal of Personalized Medicine* 13, no. 2 (2023). <https://doi.org/10.3390/jpm13020247>.

Hamka, Buya. "Qanā ' Ah Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut" 4, no. 2 (2025): 634–48.

Jeni Fadhila, Kartika Aulia Rahmi, Muzhdhalifatul Azizah, Nurhasni Nurhasni, Amalia Kartika Yani, Maria Weni Gowasa, and Mutiara Hendri. "Sistematik Literatur Review : Dampak *Fatherless* Terhadap Kondisi Sosio-Emosional Anak." *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan* 3, no. 2 (2025): 290–98. <https://doi.org/10.61132/corona.v3i2.1313>.

Kamalia, Malikhatul, Halimatussa'diyah, and Anggi Wahyu Ari. "Makna Qana'ah Dan Implementasinya Di Masa Kini." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 3, no. 1 (2022): 45–61. <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v3i1.631>.

Mashuri, Muhammad Fath, and Andi Ika Patriasih. "Bucin (Budak Cinta): The Other Side of Love Addiction in Romantic Relationships in Indonesia." *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 8, no. 1 (2023): 1–19. <https://doi.org/10.33367/psi.v8i1.2539>.

Melinda, Arnes, Neneng Tati Sumiati, Abu Saad Ansari, Suryandaru, and Afina Faza Haffiyah. "Qanaah Dan Penyesuaian Akademik Pada Mahasiswi Lintas

- Jurusan: Peran Baru Dimensi Spiritualitas.” *Mozaic : Islam Nusantara* 10, no. 2 (2024): 173–88. <https://doi.org/10.47776/mozaic.v10i2.1071>.
- Moral-Jiménez, María de la Villa, and Ava Mena-Baumann. “Emotional Dependence and Narcissism in Couple Relationships: Echo and Narcissus Syndrome.” *Behavioral Sciences* 14, no. 12 (2024). <https://doi.org/10.3390/bs14121190>.
- Musfirah Azis, and M. Ahkam Alwi. “Pengaruh *Fatherless* Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswi Universitas Negeri Makassar.” *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 3, no. 5 (2024): 692–703. <https://doi.org/10.56799/peshum.v3i5.5195>.
- Musthofa, M. Hanif, and Danny Sanjaya Arfensia. “Dampak Psikologis Kurangnya Peran Ayah (*Fatherless*) Pada Perempuan Dewasa Awal: Studi Fenomenologis.” *SOUL: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 16, no. 2 (2025): 161–71. <https://doi.org/10.33558/soul.v16i2.10450>.
- Nurjanah, Novita Eka, Fasli Jalal, and Asep Supena. “Studi Kasus *Fatherless*: Peran Ayah Dalam Pengasuhan Anak Usia Dini. Jurnal Kumara Cendekia. 11(3). 261-270.” *Kumara Cendekia* 11, no. 3 (2023): 261.
- Nurmalasari, Firda, Nurhaliza Fitrayani, Widya Dwi Paramitha, and Fathimah Azzahra. “Dampak Ketidadaan Peran Ayah (*Fatherless*) Terhadap Pencapaian Akademik Remaja: Kajian Sistematis.” *Jurnal Psikologi* 1, no. 4 (2024): 14. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2567>.
- Parmanti, and Santi Esterlita Purnamasari. “The Role of Fathers in Children’s Upbringing.” *JURNAL InSight* 17, no. 2 (2015): 81–90.
- Rachmawati, Tasya Saecarya, and Diana Rahmasari. “Strategi Coping Remaja Akhir Yang Mengalami *Fatherless* Dalam Hidupnya Coping Strategies Late Adolescents Who Experience *Fatherless* in Their Life.” *Character Jurnal Penelitian Psikologi* 11, no. 1 (2024): 632–43. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.62038>.
- Saifuddin, Ahmad, and Lia Faridatun Nisa. “The Influence of Qana’ah (Contentment) and Gratitude towards Future Anxiety In Mahasantri (University Students Who Attend Pesantren/Islamic Boarding Institution).” *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 11, no. 1 (2025): 20. <https://doi.org/10.22146/gamajop.102312>.
- Sallata, Jean Michelle Madeline, and Arthur Huwae. “Resiliensi Dan Quarter Life-Crisis Pada Mahasiswi Tingkat Akhir.” *Jurnal Cakrawala Ilmiah* 2, no. 5 (2023): 2103–24. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i5.4725>.

- Saputra, Aris, Ermagusti Ermagusti, and Efendi Efendi. "The Essence of Ridha: Ibn Qayyim Al-Jauziyah's Views on Spiritual Fulfillment and Divine Acceptance." *Islamic Thought Review* 2, no. 1 (2024): 73–82. <https://doi.org/10.30983/itr.v2i1.7461>.
- Saputra, Aryan Muhaimin, Abdullah Faruqi, and Irwan Nuryana Kurniawan. "Tawakal Kepada Allah Memprediksi Resiliensi Akademik Pada Pembelajaran Online" 5, no. 1 (2022): 1–10.
- Seftha Meldi, Alfi Julizun Azwar, and Deddy Ilyas. "Konsep Qana'ah Perspektif Hamka Dalam Mengatasi Stres Di Era Milenial." *Journal of Religion and Social Community | E-ISSN: 3064-0326* 1, no. 3 (2025): 160–68. <https://doi.org/10.62379/jrsc.v1i3.259>.
- Shafa Khairunnisa Az Zahra, and Lila Pratiwi. "Pengaruh Resiliensi Terhadap Kualitas Hidup Pada Mahasiswi *Fatherless*." *NUANSA: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial Dan Keagamaan Islam* 22, no. 1 (2025): 32–45. <https://doi.org/10.19105/nuansa.v22i1.19563>.
- Shaver, P R, and Mario Mikulincer. "Adult Attachment Strategies and the Regulation of Emotion." *Handbook of Emotion Regulation* 2, no. January 2014 (2007): 446–65.
- Sinca, Delvia. "Sikap Perempuan *Fatherless* Dalam Memilih Calon Pasangan Hidup (Studi Kasus Di Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan)." *Doctoral Dissertation*, 2022, 4–6. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/8093/>.
- Syafiq, Salman, and Lila Pratiwi. "The Effect of Dispositional Gratitude On Quality of Life In *Fatherless* Students." *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 7, no. 1 (2025): 98–111. <https://doi.org/10.18326/ijip.v7i1.4234>.