

***FORGIVENESS THERAPY* DAN DZIKIR UNTUK MENURUNKAN
EMOSI NEGATIF PADA ANAK BINAAN DI RIAS
(RUMAH ILMU AREK SUROBOYO)**

Skripsi

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Agama (S.Ag.) dalam Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



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

Disusun Oleh:

Cindy Queen Nona Givanda (07040622071)

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

2026

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Cindy Queen Nona Givanda

NIM : 07040622071

Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi

Dengan ini menyatakan jika skripsi ini secara keseluruhan ialah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Surabaya, 12 Maret 2026

Saya yang menyatakan,



Cindy Queen Nona Givanda

NIM: 07040622071

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Cindy Queen Nona Givanda ini telah disetujui untuk diujikan

Surabaya, 12 Maret 2026

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'N' followed by a diagonal line.

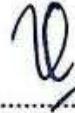
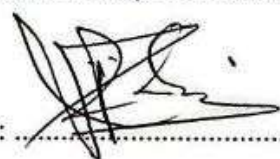
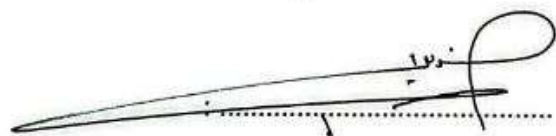
Dr. Nailatin Fauziyah, S.Psi, M.Si. M.Psi.Psi

197406122007102006

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi berjudul “*Forgiveness Therapy* Dan Dzikir Untuk Menurunkan Emosi Negatif Pada Anak Binaan Di Rias (Rumah Ilmu Arek Suroboyo)” yang ditulis oleh Cindy Queen Nona Givanda ini telah diuji di depan Tim Penguji pada 1 April 2026.

Tim Penguji:

1. Dr. Nailatin Fauziah, S.Psi. M.Si. M.Psi.Psi : 
2. Dr. H. Kharisudin Aqib, M.Ag. : 
3. Dr. Khodijah, M.Si. : 
4. Dr. Ahmad Khoirul Fata, M.Fil.I : 

Surabaya, 01 April 2026

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat,



Prof. Abdul Kadir Riyadi, Ph.D.

NIP: 197008132005011003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Cindy Queen Nona Givanda
NIM : 07040622071
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat / Tasawuf dan Psikoterapi
E-mail address : quinsindy3@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 :

Forgiveness Therapy dan Dzikir untuk Menurunkan Emosi Negatif
pada Anak Binaan di RIAS (Rumah Ilmu Arek Suroboyo)

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 April 2026

Penulis

(Cindy Queen Nona .G.)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Studi ini bermaksud guna menganalisis efektivitas integrasi *forgiveness therapy* dan dzikir dalam menurunkan emosi negatif pada anak binaan di Rumah Ilmu Arek Suroboyo (RIAS). Penelitian memakai pendekatan *mixed methods* dengan model *sequential explanatory design*, yakni diawali dengan pengumpulan dan analisis data kuantitatif, kemudian dilanjutkan dengan data kualitatif guna memperdalam interpretasi hasil. Metode kuantitatif memakai desain *pre-experimental one group pretest-posttest* dengan instrumen skala emosi marah yang mengukur aspek *avoidance motivation*, *revenge motivation*, dan *benevolence motivation*. Subjek penelitian terdiri dari 5 anak binaan laki-laki usia 10–18 tahun dengan tingkat emosi negatif tinggi. Intervensi diberikan dalam empat tahapan yang meliputi fase *uncovering phase*, *decision phase*, *work phase*, serta *deepening phase*, disertai praktik dzikir sebagai penguatan spiritual. Hasil kuantitatif memperlihatkan penurunan rata-rata skor emosi marah sebesar 13,6 poin (18,58%), dari 73,2 pada pretest menjadi 59,6 pada posttest, yang mengindikasikan perubahan emosional ke arah yang lebih adaptif. Meskipun pada beberapa subjek terjadi fluktuasi, seperti peningkatan sementara skor pada VDF dan NAS yang dipengaruhi oleh faktor eksternal, secara keseluruhan hasil penelitian tetap memperlihatkan adanya penurunan emosi negatif. Temuan ini diperkuat oleh data kualitatif dari wawancara, observasi, serta dokumentasi yang memperlihatkan jika anak-anak menjadi lebih tenang, mampu menahan marah, mulai belajar memaafkan, serta mampu membangun keseimbangan antara pemahaman diri secara psikologis dan penguatan spiritual. Penelitian ini memperlihatkan jika integrasi *forgiveness therapy* dan dzikir efektif sebagai pendekatan psikospiritual dalam membantu menurunkan emosi negatif pada anak binaan RIAS. Perpaduan antara nilai-nilai spiritual islam dan pendekatan psikologi memberikan metode pendampingan yang menyeluruh dan kontekstual, sehingga dapat diterapkan oleh para pembina dalam mendukung proses perkembangan emosional anak binaan.

Kata Kunci: Forgiveness Therapy, Dzikir, Emosi Negatif.

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	9
E. Definisi Operasional Variabel	10
F. Asumsi dan Keterbatasan	14
BAB II KAJIAN TEORI	16
A. Landasan Teori	16
1. Emosi Negatif.....	16
a. Pengertian Emosi	16
b. Macam-Macam Emosi	17
c. Kemampuan Regulasi Emosi	18
2. Terapi Forgiveness	20
a. Pengertian Terapi.....	20
b. Pengertian Forgiveness Therapy	22
c. Aspek Forgiveness Therapy	25

d. Tahap-Tahap Forgiveness Therapy	26
e. Manfaat Forgiveness Therapy	28
3. Pengertian Dzikir	29
a. Bentuk-bentuk Dzikir	32
b. Tahap-Tahap Terapi Dzikir	33
c. Manfaat Terapi Dzikir	33
4. Definisi Anak Binaan	35
B. Penelitian Terdahulu	38
BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Jenis Penelitian	45
B. Lokasi dan Subjek Penelitian	48
C. Sumber Data	50
D. Instrumen Pengumpulan data	51
E. Prosedur Penelitian	55
F. Teknik Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN	59
A. Penyajian Data	59
1. Deskripsi Subjek	59
2. Kuantitatif	62
3. Kualitatif	68
B. Analisis Data	77
1. Analisis Kuantitatif Pre-Test dan Post-Test	78
2. Analisis Kualitatif Deskriptif	79
C. Interpretasi Hasil Analisis Data	82
BAB V PENUTUP	87
A. Kesimpulan	87
B. Saran	88
DAFTAR PUSTAKA	91

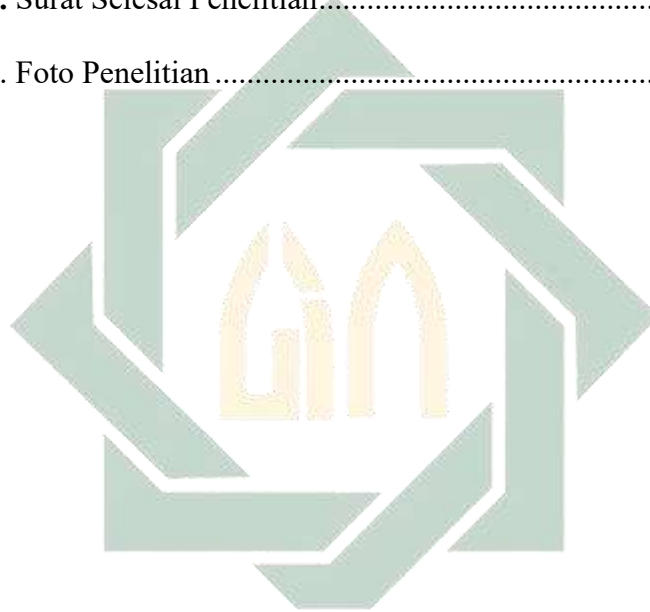
DAFTAR TABEL

<i>Tabel 1. Prosedur Penelitian Pre-eksperimen dengan one group pretest-posttest design</i>	<i>48</i>
<i>Tabel 2. Kategori Pemberian Skor Jawaban</i>	<i>53</i>
<i>Tabel 3. Indikator Skala Emosi Marah</i>	<i>54</i>
<i>Tabel 4. Batas Nilai dan Kategori Emosi Marah.....</i>	<i>55</i>
<i>Tabel 5. Data Demografi Subjek Penelitian</i>	<i>60</i>
<i>Table 6. Hasil Pretest-Posttest pada Intervensi Pertama</i>	<i>63</i>
<i>Table 7. Hasil Post-Test 1 dan Post-Test 2 pada Intervensi Kedua</i>	<i>64</i>
<i>Table 8. Hasil Post-Test 2 dan Post-Test 3 pada Intervensi Ketiga</i>	<i>65</i>
<i>Table 9. Hasil Post-Test 3 dan Post-Test 4 pada Intervensi Keempat</i>	<i>66</i>
<i>Table 10. Perbandingan Rata-rata Skor Emosi Marah Pretest-Posttest.....</i>	<i>67</i>
<i>Table 11. Perbandingan Gain Score Emosi Marah Preetest-Posttest</i>	<i>78</i>

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	101
Lampiran 2. Surat Pernyataan Kesediaan.....	102
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian	107
Lampiran 4. Wawancara Verbatim	109
Lampiran 5. Surat Selesai Penelitian.....	119
Lampiran 6. Foto Penelitian	120



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, Dita Permata, and Muhana Sofianti Utami. "Forgiveness Therapy to Enhance Posttraumatic Growth in Individuals with Adverse Childhood Experiences." *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)* 11, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.22146/gamajpp.97365>.
- Afriyenti, Lenny Utama. "Studi Kasus: Forgiveness Therapy Untuk Mengurangi Trauma Masa Lalu." *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* 7, no. 2 (2022).
- Aggarwal, Shilpa, Judith Wright, Amy Morgan, George Patton, and Nicola Reavley. "Religiosity and Spirituality in the Prevention and Management of Depression and Anxiety in Young People: A Systematic Review and Meta-Analysis." *BMC Psychiatry* 23, no. 1 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>.
- Ainul, Dewi. "Terapi Psikospiritual Dalam Kajian Sufistik." *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora* 14, no. 2 (2017). <https://doi.org/10.18592/khazanah.v15i2.1157>.
- Aisyatin, Kamila. "Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan." *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science* 4, no. 1 (2022). <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.363>.
- Al Ghazali, Imam Abu Hamid. *Ringkasan Ihya' Ulumuddin*. Surabaya: Mutiara Ilmu Agency. 2019. <https://id.scribd.com/document/614962445/Ringkasan-Ihya-Ulumuddin>.
- Aliasari. "Pengaruh Dzikir Terhadap Psikologis Muslim." *Yönetim: Jurnal*

Manajemen Dakwah 2, no. 1 (2019).

Andi Ibrahim, dkk. *METODOLOGI PENELITIAN*. Makassar: Gunadarma Ilmu, (2018).

Amin, Samsul Munir dan Haryanto Al-Fandi. *Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme*. Jakarta: AMZAH, 2008.

Ardian, Muhammad Bayu. “Terapi Dzikir Berirama Dengan Gerakan Psikomotor Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Pada Anak Autis Di SLB Banjarmasin Lamongan.” *Skripsi*. Fakultas Ushuluddin dan Filsafat. Universitas Islam Negri Sunan Ampel Surabaya. 2024.

Ardiansyah, Risnita, dan M.Syahrani Jailani. “Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif.” *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam* 1, no. 2 (2023).

Arisanti, Nita, Anisa Swediana, Deborah Karubaba, Anindita Noviandhari, Deni K. Sunjaya, and Meita Dhamayanti. “Relationship between Maltreatment and Mental Health in Adolescents: A School-Based Study in Indonesia.” *PLoS ONE* 19, no.11 (2024). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0310533>.

Aristawati, Akta Ririn, Ananda Putri, and Herlan Pratikto. “Forgiveness Therapy Untuk Meningkatkan Self Acceptance Dan Happiness Pada Korban Orangtua Bercerai.” *Philanthropy: Journal of Psychology* 7, no. 1 (2023). <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v7i1.5396>.

Azmi, Nurul. “Potensi Emosi Remaja Dan Perkembangannya”. *SOSIAL HORIZON: Jurnal Pendidikan Sosial*. 2, no. 1 (2015).

<https://journal.ikipgriptk.ac.id/index.php/sosial/article/view/50/49>.

Budi Sarasati, Okta Nurvia. “Emosi Dalam Tulisan.” *Jurnal Psibernetika* Vol. 14, no. 1 (2024). <https://doi.org/10.30813/psibernetika>.

Chintya, Risma, and Masganti Sit. “Analysis of Daniel Goleman’s Theory in the Development of Emotional Intelligence in Early Childhood.” *Journal of Psyhologi and Child Development* 4, no. 1 (2024). <https://doi.org/10.37680/absorbent>.

Creswell, John W. Creswell and J. David. *FIFTH EDITION RESEARCH DESIGN QUALITATIVE, QUANTITATIVE, AND MIXED METHODS APPROACHES. Writing Center Talk over Time: A Mixed-Method Study*. California: SAGE Publication, Inc, 2018. <https://doi.org/10.4324/9780429469237>.

Daeng, Syahdan &, and Siti Mulkiah. “Dzikir Dan Fikir Dalam Perspektif Imam Al Ghozali.” *PANDAWA : Jurnal Pendidikan Dan Dakwah* 5 (2023). <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa>.

Djatzmiko, Anisah Puteri, Yusuf Hariyoko, and Adi Soesiantoro. “Implementasi Program Kampung Anak Negeri Kota Surabaya (Studi Pada UPTD Kampung Anak Wonorejo).” *Jurnal Penelitian Administrasi Publik* 3, no. 5 (2023).

Dwi Kumala, Olivia, Ahmad Rusdi, and Rumiani Rumiani. “Terapi Dzikir Untuk Meningkatkan Ketenangan Hati Pada Pengguna Napza.” *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)* 11, no. 1 (2019). <https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol11.iss1.art4>.

Ekman, Paul. *Emotions Revealed*. New York: Times Books Henry Holt and Company, 2003.

Engel, Dwi, and Nazwa Zakiatus Salma. "Tinjauan Literatur : Manfaat Dzikir Dalam Regulasi Emosi." *An Najah (Jurnal Pendidikan Islam Dan Sosial Keagamaan)* 3, no. 4 (2024). <https://journal.nabest.id/index.php/annajah>.

Petrus, Okatapianus, and Christiana Hari Soetjningsih. "The Relationship between Forgiveness and Marital Satisfaction of Wives Who Have Multiple Roles." *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha* 11, no. 2 (2020). <https://doi.org/10.23887/jjbk.v11i2.30209>.

Firmansyah, Oktandhy Bhayatri Mochammad, Khoiruddin Bashori, and Elli Nur Hayati. "Pengaruh Terapi Pemaafan Dengan Dzikir Untuk Meningkatkan Penerimaan Diri Pada Orang Dengan Hiv/Aids (Odha)." *Psikis : Jurnal Psikologi Islami* 5, no. 1 (1970). <https://doi.org/10.19109/psikis.v5i1.2036>.

Fitri, Nia Febiyyani, and Adelya Bunga. "Kematangan Emosi Remaja Dalam Pengentasan Masalah." *Penelitian Guru Indonesia* 02, no. 02 (2017).

Gross, James J. "Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences." *Psychophysiology* 39, no. 3 (2002). <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>.

Hanafani, Lita Fauzi dan Radea Yuli A. Hambali, "Hakikat Penyucian Jiwa (Tazkiyat An-Nafs) Dalam Perspektif Al-Ghazali," *Gunung Djati Conference Series* 19 (2023).

Hafidz, Abdul. "Konsep Dzikir Dan Doa Perspektif Al-Qur'an." *Islamic Akademika* 6, no. 1 (2019).

Hafiz, Subhan El. "Optimalisasi Emosi Sebagai Sistem Peringatan Dini Moral."

Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi 1, no. 1 (2015).

Hasby Ash-Shiddiq, Riza Wahyuni Sinaga, dan Nadya Cindy Audina. “Kajian Teoritis: Analisis Data Kualitatif.” *Jurnal Edukatif* 3, no. 2 (2025).

Hasmarlin, Hanum, and Hirmaningsih Hirmaningsih. “Self-Compassion Dan Regulasi Emosi Pada Remaja.” *Jurnal Psikologi* 15, no. 2 (2019).
<https://doi.org/10.24014/jp.v15i2.7740>.

Hasmonel, Jeanne Dare Noviayanti Manik, dan Muhammad Aditya Wardhana. “Pola Pembinaan Dan Kedudukan Anak Dalam Lembaga Pemasyarakatan (Studi Kasus Di LPK Anak Pangkalpinang Dan LPK Anak Tangerang)”. *Unes Journal of Swara Justisia* 9, no. 2 (2025).

Idhamkholid, A. R. “Metode Terapi Penyembuhan Dengan Sugesti.” *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal* 1, no. 01 (2018).
<https://doi.org/10.24235/prophetic.v1i01.3477>.

Junaedi, Iin Wahyu. “Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Pada Anak Dan Post Traumatic Stress Disorder.” *Skripsi*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Makassar, 2020.
<https://doi.org/10.46609/ijsser.2020.v05i11.007>.

Kartikasari, Mada, and Fuad Nashori. “Efektivitas Terapi Zikir Istighfar Untuk Mengurangi Gejala Gangguan Stres Pascatrauma Pada Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga.” *Psychopolytan : Jurnal Psikologi* 5, no. 2 (2022).
<https://doi.org/10.36341/psi.v5i2.1942>.

Maemonah, Shinta Nur Dzakia &. “Hirarki Kebutuhan Maslow : Pengasuhan Anak

Usia Dini Di Daerah Perdesaan Dan Perkotaan.” *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak* 9, no. 2 (2023).

McCullough, Michael E., Frank D. Fincham, and Jo Ann Tsang. “Forgiveness, Forbearance, and Time: The Temporal Unfolding of Transgression-Related Interpersonal Motivations.” *Journal of Personality and Social Psychology* 84, no. 3 (2003). <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.540>.

McCullough, Michael E., Kenneth I. Pargament, and Carl E. Thoresen. *Forgiveness: Theory, Research, and Practice*. New York London: The Guilford Press, 2000.

Moh. Jeweherul Kalamiah, Abdul Mujib, Ubaidillah. “Mekanisme Forgiveness Therapy Islami Pada Penyelesaian Konflik Setelah Bercerai.” *Al Fuandiy: Hukum Keluarga Islam* 7, no. 2 (2025).

Mulia, Journal Genta. “Penyembuhan Luka Ulkus Dengan Perawatan Luka Pada Penyakit DM.” *Jurnal Keperawatan* 15, no. 2 (2024).

Mulya, Budi. “Efek Psikologis Pembacaan Dzikir Terhadap Kesehatan Mental Di Era Digital” 1, no. 2 (2025).

Murdani, Bayu, and Kamsih Astuti. “Forgiveness Therapy Untuk Meningkatkan Subjective Well-Being Pada Perempuan Korban Kekerasan Verbal Dalam Rumah Tangga.” *Talenta Jurnal Psikologi* 10, no. 1 (2024).

Nasution, Faisal Hakim., dkk, “Penyembuhan Luka Ulkus Dengan Perawatan Luka Pada Penyakit DM,” *Jurnal Genta Mulia* 15, no. 2 (2024).

Nasution, Leni Masnidar. “STATISTIK DESKRIPTIF Leni Masnidar Nasution.”

Jurnal Hikmah 14, no. 1 (2017).

Ningsih, Muhammad Ichlasul Amal dan Ike Utia. "Peran Dzikir Dalam Membantu Remaja Muslim Mengelola Kecemasan." *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Sciences* 3, no. 3 (2025).

Oktaviana, Sherli Kurnia. "Terapi Pemaafan Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Remaja Korban Kekerasan." *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya* 5, no. 1 (2022). <https://doi.org/10.15575/jpib.v5i1.15523>.

Putri, Aulia Rahmi. "Pengaruh Dzikir Terhadap Penurunan Emosi Negatif Remaja Di LPKA Kelas II Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru." Skripsi. Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (2022). [http://repository.uin-suska.ac.id/60336/2/SKRIPSI SKRIPSI AULIA RAHMI PUTRI.pdf](http://repository.uin-suska.ac.id/60336/2/SKRIPSI%20SKRIPSI%20AULIA%20RAHMI%20PUTRI.pdf).

Radde, Hasniar A, Nurrahmah, Nurhikmah A, and A Nur Aulia Saudi. "Uji Validitas Konstrak Dari Emotion Regulation Questionnaire Versi Bahasa Indonesia Dengan Memakai Confirmatory Factor Analysis Construct Validity Test of Emotions Regulation Questionnaire of Indonesian Version Using Confirmatory Factor Analysis." *Jurnal Psikologi Karakter* 1, no. 2 (2021). <https://journal.unibos.ac.id/jpk>.

Rahmat Ilyas. "Zikir Dan Ketenangan Jiwa." *Mawa'izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* 8, no. 1 (2017).

Rita Rismayanti, Isep Zaenal Arifin, Asep Iwan Setiawan. "Penerapan Layanan Konseling Individu Melalui Pendekatan Rational Emotive Therapy Dengan Teknik Dzikir Untuk Mengurangi Perilaku Negative Siswa Broken Home."

Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam 9, no. 1 (2025).

Ruhil, Fithry. "Intervensi Terapi Dzikir Dalam Meningkatkan Psychological Well Being Lansia: Literatur Review." *Nathiqiyyah: Jurnal Psikologi Islam* 5, no. 1 (2022). <https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v5i1.390>.

Salastia, Nurhuda Paramita. "Terapi Dzikir dalam Kesehatan Mental". *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni (JISHS)* 2, no. 1 (2023).

Sartini, Nopa Three. "PDZIKIR SEBAGAI PSIKOTERAPI ISLAM DALAM MENGATASI KECEMASAN MENURUT DADANG HAWARI." *Skripsi*. Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah. IAIN Bengkulu. 2021. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/id/eprint/6581>.

Setyawan, Aris, Dian Nur Adkhana Sari, Niken Setyaningrum, Relda Rahmah, and Prodi Keperawatan STIKes Surya Global Yogyakarta. "Penerapan Terapi Spiritual Dzikir Pada Kesehatan Mental Remaja Application of Dhikr Spiritual Therapy on Adolescent Mental Health." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1, no. 2 (2024).

SIMFONI-PPA, accessed August 9, 2025, <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>.

Siregar, Dahris et.al. "Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Bagi Kejiwaan Anak Laki Laki Dan Perempuan Di Fakultas Hukum Universitas Tjut Nyak Dhien Medan." *Journal of Human And Education* 3, no. 2 (2023).

Siti Ainun Mardiah. "FADHILAH ZIKIR DALAM PENGENDALIAN EMOSI DITINJAU DARI KITAB TAZKIYATUN NAFS KARANGAN SAID

HAWA.” *Skripsi*. Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh. (2022).

Sopyan Hadi Budiman, Cucu Setiawan, and Yumna Rais. “Konsep Terapi Salat Menurut Perspektif Moh. Ali Aziz.” *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin* 2, no. 3 (2022). <https://doi.org/10.15575/jpiu.v2i3.16827>.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2013.

Syahra, Alpina. “Penerapan Konseling Kelompok Dengan Teknik Refleksi Perasaan Untuk Mengendalikan Emosi Marah Siswa MAN 1 Bener Meriah.” *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh. (2021).

Syukur, Muhammad Amin. “Sufi Healing: Terapi Dalam Literatur Tasawuf.” *Walisongo: Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan* 20, no. 2 (2012). <https://doi.org/10.21580/ws.2012.20.2.205>.

Toyon, Muhammad Abu Sayed. “Research in Business & Social Science Explanatory Sequential Design of Mixed Methods Research : Phases and Challenges.” *IJRBS* 10, no. 5 (2021).

Ubat, Mila Mardewi. “Penerapan Media Permainan Tradisional Bakiak Panjang Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Pada Siswa Di SMP Negeri 8 Banda Aceh.” *Skripsi*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh (2023).

Umi Mawadah, dkk. *Isu - Isu Psikologi Pendidikan Islam Kontemporer*. Depok:

- Yasuka Inspira Media. 2024. <http://repository.ucb.ac.id/id/eprint/601>.
- Uut Rahayuningsih, Dkk. “Peran Lembaga Pemasyarakatan Anak Dalam Pembinaan Dan Rehabilitas Anak Yang Berhadapan Dengan Hukum.” *Jurnal Hukum Dan Kewarganegaraan* 11, no. 11 (2025).
- Wardhana, Zainuddin Iba dan Aditya. *Operasionalisasi Variabel, Skala Pengukuran & Instrimen Penelitian Kuantitatif*. Purbalingga: Eureka Media Aksara, 2024.
- Wiresti, Ririn Dwi, and Na'imah Na'imah. “Aspek Perkembangan Anak : Urgensitas Ditinjau Dalam Paradigma Psikologi Perkembangan Anak.” *Aulad : Journal on Early Childhood* 3, no. 1 (2020). <https://doi.org/10.31004/aulad.v3i1.53>.
- Wulandari, Ratna, Sri Muliati Abdullah, and Kondang Budiyan. “Pengaruh Pelatihan Forgiveness Terhadap Penurunan Tingkat Kemarahan Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan.” *Jurnal Psikologi* 19, no. 1 (2023).
- Yahdinil, Firda Nadhiroh. “Pengendalian Emosi (Kajian Religio-Psikologis Terkait Psikologi Manusia).” *Jurnal Saintifika Islamica* 2, no. 1 (2015).
- Yandri, Hengki, Farid Imam Kholidin, Eko Sujadi, and Dosi Juliawati. “Finding Inner Peace: An Exploration of Forgiveness Therapy for Bullying Trauma Recovery.” *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam* 7, no. 1 (2023). <https://doi.org/10.38073/almusyrif.v7i1.1539>.
- Yuliani, Risa. “Emosi Negatif Siswa Kelas Xi Sman 1 Sungai Limau.” *Konselor* 2, no. 1 (2013). <https://doi.org/10.24036/0201321883-0-00>.
- Zulfa Rufaida, Sri Wardini Puji Lestari, Dyah Permata sari. *Terapi Komplementer. Lexikon Der Medizinischen Laboratoriumsdiagnostik*. Mojokerto: STIKes Majapahit Mojokerto, 2018. https://doi.org/10.1007/978-3-662-49054-9_1734-1.