

Daftar Pustaka

- Abraham. (2022). *Self healing: Terapi atau Rekreasi ? JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy*, 2(1), 73–88. Retrieved from <https://e-journal.uingusdur.ac.id/index.php/jousip/article/view/5771>
- Affiifi., M. (2014). Sugiyono 2015. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 5253004(021), 1–15.
- Agustina, A. (2023). Konsep *Self healing* bagi Mental Perspektif Hadis Nabi: Studi Tematik dengan Pendekatan Psikologi. *Gunung Djati Conference Series*, 24, 1–20.
- Amirulloh. (2012). *Kedasyatan Membaca Al quran* (Randi Renggana, Ed.). Jakarta, Indonesia: Ruang Kata imprint Kawan Pustaka.
- Andriyani. (2020). Penerapan Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Kecemasan Mahasiswa Perantauan Karena Covid-19 Di Desa Pandu Senjaya Kecamatan Pangkalan Lada Kalimantan Tengah. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 3, 618–628. Retrieved from <https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/view/706/714>
- Anistiawati. (2024). *Konsep Sabar dan Shalat Perspektif Tafsir*. 22(1), 103–119.
- Atkinson. (1983). *Pengantar Psikologi*. Jakarta, Indonesia: Erlangga.
- Bahrien. (2017). Pengaruh Efektivitas Terapi *Self healing* Menggunakan Energi Reiki terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 141–148. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1227>
- Bourne, E. J. (2015). *'The Anxiety and Phobia Workbook'*.
- Brown, K. L. (2018). *Mindfulness Meditation and Stress Reduction*.
- Chen. (2021). *The Effects of Meditation on Chronic Pain: A Meta-Analysis*.
- Donsu, J. D. (2019). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Dr.MS.Udin, M. (2021). *Konsep Dzikir Dalam Al-Quran dan Implikasinya Terhadap Kesehatan* (Bustami, Ed.). Mataram: Sanabil.
- Erlina. (2023). Data Kesehatan Mental. Retrieved from 2023 website: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/05/kesehatan-mental-masalah-kesehatan-yang-paling-dikhawatirkan-warga-dunia-2023>
- Ganif Herlambang. (2024). Analisis Tentang Kedudukan Al-Qur'an dan Hadits Sebagai Dasar Pendidikan Islam. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(2), 702–713. <https://doi.org/10.60126/maras.v2i2.246>
- Garcia. (2019). *The Impact of Breathing Exercises on Cardiovascular Health*.
- Habib Izzudin. (1907). *Keistimewaan AlQuran dan Relevansinya*. 18(6), 4123–4143.
- Haddade, H. (2023). Pandangan Al-Qur'an terhadap Penggunaan Obat

- dalam Pengobatan Penyakit. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 394–403.
- Hafidhuddin, D. (2021). Metode *Self healing* Dalam Kitab Minhajul ‘Abidin Imam Al Ghazali. *Ristekdik : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2), 188. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.2021.v6i2.188-194>
- Hakim, L. (2023). Menjaga Mental dengan Terapi ‘Self-Healing’ dalam Al-Qur’an. Retrieved from <https://jakarta.nu.or.id/akhlak-tasawuf/mentjaga-mental-dengan-terapi-self-healing-dalam-al-qur-an-SrBpH>
- Hamim. (2021). *TIKRAR AL -QURAN HAFALAN TAJWID & TERJEMAH*. Bandung: sy9ma.
- Handayani. (2021). Pengaruh Teknik Rebozo Terhadap Tingkat Nyeri Kala I Pada Ibu Bersalin Primipara Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 1–15.
- Hanifah, A. (2020). Pengaruh terapi murotal Al-Qur’an terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa dimasa pandemi Covid-19. *For Quality in Women Health*, 3(3), 103–109. Retrieved from <http://journal.stikessuryaglobal.ac.id/index.php/hspjDOI:https://doi.org/10.32504/hspj.v%25vi%25i.741>
- Hapsari, P., & Kusumawinakhyu, T. (2024). *The Power of Qur ’ an to Heal Physical and Mental Illness*. 1–11.
- Hariry, S., Pahlevi, & ... (2023). Self-Healing Therapy in Overcoming Stress Perspective of Islamic Psychology. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5, 5355–5361. Retrieved from <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/11846%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/download/11846/9099>
- Hawari, P. D. dr. H. D. (2004). *Penyakit jantung koroner dimensi psikoreligi*. Jakarta, Indonesia: Balai Penerbit FKUI, Jakarta.
- Heryana, E. (2022). Konsep Dzikir Sebagai Terapi Gangguan Bipolar. *Jurnal Riset Agama*, 2(1), 53–67. <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.15683>
- Hidayatulloh, M. D. (2023). Makna Al-Qurán Secara Umum dan Kedudukannya sebagai Sumber Ilmu Pengetahuan. *SETYAKI: Jurnal Studi Keagamaan Islam*, 1(1), 18–28. <https://doi.org/10.59966/setyaki.v1i1.5>
- Ibnu Katsir. (2021). Tafsir Surat Yunus ayat 57. Retrieved from 2021 website: <https://tafsir.learn-quran.co/id/surat-10-yunus/ayat-57#>
- Ilham. (2023). Info Data Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia Tahun 2023. Retrieved from 10 Oktober 2023 website: <https://tirto.id/info-data-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-tahun-2023-gQRT>
- Indri seta. (2021). *TERAPI MUROTTAL AL-QUR’AN DAPAT MENURUNKAN ANSIETAS DAN MEMPERBAIKI KULITAS TIDUR*.
- Indriono Hadi. (2023). *ATAQ Aplikasi Terapi Al Quran* (M. S. P. . Prof. dr.Veny Hadju, Ed.). Purbalingga,Jawa Tengah.
- Isramilda. (2023). Efektivitas Terapi Musik Instrumental Terhadap

- Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Riau Kepulauan Dalam Menyusun Skripsi. *Zona Kedokteran: Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Batam*, 13(2), 342–349. <https://doi.org/10.37776/zked.v13i2.1174>
- Johnson, A. B. (2020). *Creative Visualization Techniques and Mental Well-being*.
- Karim, A. (2022). *Self healing Pasien Dalam Proses Pemulihan Dan Implikasi Terhadap Bimbingan Konseling Islam Skripsi*. 15. Retrieved from [http://eprints.umsb.ac.id/529/%0Ahttp://eprints.umsb.ac.id/529/1/ANU M KARIM.pdf](http://eprints.umsb.ac.id/529/%0Ahttp://eprints.umsb.ac.id/529/1/ANU%20M%20KARIM.pdf)
- Khairani, R. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Dalam Menghadapi Masa Pensiun Di Polda Sumut. *Skripsi*.
- Martha. (2022). Apa Itu *Self healing*? Pengertian hingga Manfaatnya untuk Kesehatan Mental. Retrieved from <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6633205/apa-itu-self-healing-pengertian-hingga-manfaatnya-untuk-kesehatan-mental>
- Mas'udi, M., & Istiqomah, I. (2017). TERAPI QUR'ANI BAGI PENYEMBUHAN GANGGUAN KEJIWAAN (Analisis Pemikiran Muhammad Utsman Najati tentang Spiritualitas al-Qur'an bagi Penyembuhan Gangguan Kejiwaan). *Konseling Religi: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 8(1), 133–150.
- Mohamad. (2020). Pengaruh Khatam Al-Qur'an Dan Bimbingan Guru Terhadap Kemampuan Membaca Al-Qur'an Di Mts Nurul Ihsan Cibinong Bogor. *Jurnal Dirosah Islamiyah*, 2(2), 130–149. <https://doi.org/10.47467/jdi.v2i2.116>
- Muhammad. (2005). *Panduan dzikr dan doa*. Jakarta, Indonesia: Intuisi Press.
- Nailal. (2022). Implementasi Metode *Self healing* dalam Menangani Kecemasan Mahasiswa Sidang Skripsi di IAIN Kudus. Retrieved from 2022 website: <http://repository.iainkudus.ac.id/8869/>
- Nanda. (2012). *Diagnosa Keperawatan: Definisi dan Klasifikasi 2012-2014*. (ECG, Ed.). Jakarta, Indonesia.
- Nawawi, S. C. (2021). Rahasia Ketenangan Jiwa dalam Al-Qur'an. *MAGHZA: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 6(1), 30–46. <https://doi.org/10.24090/maghza.v6i1.4476>
- Nevid. (2005). *Psikologi Abnormal*. Jakarta, Indonesia: Erlangga.
- Ni'mah, U. (2022). The Living Qur ' an : *Self healing* dengan Ayat-ayat al-Qur'an. *AL-MANAR: Jurnal Kajian Al-Quran Dan Hadits*, 8(2), 65–88.
- Nilamsari, N. (2014). Memahami Studi Dokumen Dalam Penelitian Kualitatif. *Wacana*, 8(2), 177–1828. Retrieved from <http://fisip.untirta.ac.id/teguh/?p=16/>
- Nurfadhela. (2023). Macam-Macam Analisis Data Kualitatif dalam Penelitian. Retrieved from <https://duniadosen.com/macam-macam-analisis-data-kualitatif/>

- pebby juliyan. (2023). *Terapi Shalat Tahajud*.
 Prof.Dr.Moh.Sholeh. (2012). *Terapi Shalat Tahajud*. Jakarta, Indonesia: Penerbit Nuora.
- Putri. (2023). Cara Memilihan Teknik Analisis Data yang Tepat Dan Benar. Retrieved from <https://dac.telkomuniversity.ac.id/cara-memilihan-teknik-analisis-data-yang-tepat-dan-benar/>
- Rahmasari, D. (2020). *Self healing Is Knowing*. Retrieved from https://statik.unesa.ac.id/profileunesa_konten_statik/uploads/perpustakaan/file/c7847701-1721-4a37-910e-317bbd5a80d0.pdf
- Rismadefi. (2023). Efektivitas Terapi Murottal Al-Ma'tsurat Pagi terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Menghadapi Ujian Praktikum. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 591–600. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1443>
- Rogers, C. R. (1980). *A Way of Being*.
- Rosyanti, L. (2018). *Pendekatan Terapi Spiritual Al-quranic pada Pasien Skizoprenia Tinjauan Sistematis*.
- Rosyanti, L. (2022). Kesehatan Spritual Terapi Al-Qur'an sebagai Pengobatan Fisik dan Psikologis di Masa Pandemi COVID-19. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 14(1), 89–114. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i1.480>
- Rouf. (2022). Metode Membaca dan Menghafal Al-Qurán Perspektif KH. Ahsin. *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*.
- Salisah. (2012). Komunikasi Spiritual sebagai Kajian Interdisipliner Antara Aspek Keagamaan, Ilmu Kesehatan dan Sains. *Annual International Coference on Islamic Studies (AICIS XII)*, 1115–1134.
- Samsu. S. (2021). Metode penelitian: teori dan aplikasi penelitian kualitatif, kuantitatif, mixed methods, serta research & development. In *Diterbitkan oleh: Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA)*.
- Sari, M. (2020). *NATURAL SCIENCE : Jurnal Penelitian Bidang IPA dan Pendidikan IPA*, ISSN: 2715-470X (Online), 2477 – 6181 (Cetak) *Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA*. 41–53.
- Saufi, M. (2013). Mengelola Kecemasan Siswa Dalam Pembelajaran Matematika. *Prosiding*, (November), 90–94.
- Shihab, Q. (2024). Tafsir surat ar rad ayat 28. Retrieved from <https://quranhadits.com/quran/13-ar-ra-d/ar-rad-ayat-28/#tafsir-ibnu-katsir>
- Sidik. (2019). Metode Penelitian Kualitatif di Bidang Pendidikan. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53). Retrieved from [http://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/METODE PENELITIAN KUALITATIF DI BIDANG PENDIDIKAN.pdf](http://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/METODE_PENELITIAN_KUALITATIF_DI_BIDANG_PENDIDIKAN.pdf)
- Sundari. (2023). *Konstruksi Makna Self healing Millenial Moms Di Instagram*. 11(1), 1–21.
- Wang. (2017). *Emotion Regulation and Well-being: The Role of Self-healing Techniques*.

- Yogi, P. (2018). Hubungan Optimisme dengan Tingkat Kecemasan dan Depresi pada Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di Rumah Sakit Umum Daerah. *Ilmu Kesehatan*, 15, 9. Retrieved from <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/587>
- Yudhani. (2017). Efektivitas Membaca Dan Mentadabburi Al-Qur'an Dalam Menurunkan Kecemasan Siswa Yang Akan Menghadapi Ujian Sekolah. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 2(1), 23. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1821>
- Zainal Abidin. (2002). *Analisis eksistensial untuk psikologi dan psikiatri*. Bandung: Refika Aditama.

