



**KONSELING *EKSPRESIF* MELALUI TERAPI MUSIK
UNTUK MENGATASI *TRUST ISSUE* PADA SEORANG
REMAJA DI LAMONGAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
untuk Memenuhi salah satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Ilmu Sosial (S..Sos)

Oleh:

Setiya Ayu Hardiyanti
04010322031

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

2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Setiya Ayu Hardiyanti

NIM : 04010322031

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Konseling *Ekspresif* melalui Terapi Musik untuk Mengatasi *Trust Issue* pada Seorang Remaja di Lamongan** 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, 09 Maret 2026

Yang membuat pernyataan



Setiya Ayu Hardiyanti
04010322031

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Nama : Setiya Ayu Hardiyanti
NIM : 04010322031
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Konseling *Ekspresif* melalui Terapi Musik
untuk Mengatasi *Trust Issue* Pada Seorang
Remaja di Lamongan

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 10 Februari 2026
Menyetujui,

Pembimbing I



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

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

KONSELING *EKSPRESIF* MELALUI TERAPI MUSIK UNTUK
MENGATASI *TRUST ISSUE* PADA SEORANG REMAJA DI
LAMONGAN

SKRIPSI

Disusun Oleh:
Setiya Ayu Hardiyanti
Nim: 04010322031

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata Satu
Pada tanggal 09 Maret 2026

Tim Penguji

Penguji I



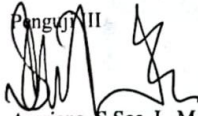
Dr. Agus Santoso, S.Ag, M.Pd
NIP.197008251998031002

Penguji II



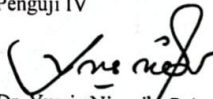
Dr. H. Cholil, M.Pd. I
NIP. 196506151993031005

Penguji III



Amriana, S.Sos. I., M.Pd
NIP. 198904112020122019

Penguji IV



Dr. Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes
NIP. 197605182007012022



09 Maret 2026

Dekan,

Dr. Mach, Cholid, Arif, S.Ag, M. Fil.I.
NIP. 1971998031001

iii

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Setiya Ayu Hardiyanti
NIM : 04010322031
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : setiyahardiyanti@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 *EKSPRESIF* MELALUI TERAPI MUSIK UNTUK MENGATASI *TRUST*
ISSUE PADA SEORANG REMAJA DI LAMONGAN

berserta 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



(Setiya Ayu hardiyanti)

ABSTRAK

Setiya Ayu Hardiyanti, NIM 04010322031, 2026. *Konseling Ekspresif* melalui Terapi Musik untuk Mengatasi *Trust issue* pada Seorang Remaja di Lamongan.

Fokus penelitian ini adalah 1) Bagaimana proses pelaksanaan konseling *ekspresif* melalui terapi musik untuk mengatasi *trust issue* pada seorang remaja di Lamongan, 2) Bagaimana hasil pelaksanaan konseling *ekspresif* melalui terapi musik untuk mengatasi *trust issue* pada seorang remaja di Lamongan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses dan hasil pelaksanaan konseling *ekspresif* melalui terapi musik dalam mengatasi *trust issue* pada seorang remaja di Lamongan. *Trust issue* pada remaja merupakan kondisi psikologis yang dapat menghambat perkembangan emosional dan hubungan interpersonal, terutama ketika dipicu oleh pengalaman keluarga seperti perceraian orang tua. Kondisi ini dapat menyebabkan remaja sulit mempercayai orang lain, cenderung menutup diri, serta mengalami kecemasan dan ketidakstabilan emosi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek penelitian adalah seorang remaja berusia 13 tahun yang mengalami *trust issue* akibat perceraian orang tua. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Peneliti berperan sebagai observer, sedangkan proses konseling dilakukan oleh konselor. Pelaksanaan konseling dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi, dan tindak lanjut. Media terapi yang digunakan dalam penelitian ini adalah lagu “*Runtuh*” dan “*Bertaut*” yang dipilih karena memiliki kesesuaian dengan pengalaman emosional konseli.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling *ekspresif* melalui terapi musik mampu membantu konseli dalam mengatasi *trust issue*. Setelah mengikuti proses konseling, konseli menunjukkan perubahan positif seperti lebih mampu mengenali dan mengekspresikan emosi, berkurangnya kecemasan dan *overthinking*, serta meningkatnya keterbukaan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Dengan demikian, konseling *ekspresif* melalui terapi musik dapat menjadi salah satu alternatif intervensi yang efektif dalam membantu remaja mengatasi permasalahan *trust issue*.

Kata Kunci: Konseling Ekspresif, Terapi Musik, *Trust issue*, Remaja.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Setiya Ayu Hardiyanti, NIM 04010322031, 2026. *Expressive Counseling through Music Therapy to Overcome Trust issues in a Teenager in Lamongan.*

The focus of this research is: 1) How expressive counseling through music therapy addresses trust issues in a teenager in Lamongan, and 2) What are the results of implementing expressive counseling through music therapy to address trust issues in a teenager in Lamongan.

This study aims to determine the process and results of implementing expressive counseling through music therapy to address trust issues in a teenager in Lamongan. Trust issues in teenagers are a psychological condition that can hinder emotional development and interpersonal relationships, especially when triggered by family experiences such as parental divorce. This condition can cause teenagers to have difficulty trusting others, tend to withdraw, and experience anxiety and emotional instability.

This research used a qualitative approach with a case study. The subject was a 13-year-old teenager experiencing trust issues due to parental divorce. Data collection techniques were conducted through observation, interviews, and documentation. The researcher acted as an observer, while the counseling process was conducted by a counselor. Counseling involves several stages: problem identification, diagnosis, prognosis, treatment, evaluation, and follow-up. The therapeutic media used in this study were the songs "Runtuh" and "Bertaut," chosen because they resonated with the clients' emotional experiences.

The results showed that expressive counseling through music therapy was able to help clients overcome trust issues. After participating in the counseling process, clients demonstrated positive changes such as improved ability to recognize and express emotions, reduced anxiety and overthinking, and increased openness in interacting with others. Therefore, expressive counseling through

music therapy can be an effective alternative intervention in helping adolescents overcome trust issues.

Keywords: Expressive Counseling, Music Therapy, Trust issues, Adolescents.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

خلاصة

سيتيا أيو هارديانتي، رقم الطالب 04010322031، 2026. العلاج بالموسيقى
التعبيري للتغلب على مشاكل الثقة لدى مراهق في لامونجان

يركز هذا البحث على: (1) كيفية معالجة مشاكل الثقة لدى مراهق في لامونجان من
خلال العلاج بالموسيقى التعبيري، و(2) نتائج تطبيق هذا العلاج لمعالجة مشاكل الثقة
لدى مراهق في لامونجان

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد عملية ونتائج تطبيق العلاج بالموسيقى التعبيري لمعالجة
مشاكل الثقة لدى مراهق في لامونجان. تُعدّ مشاكل الثقة لدى المراهقين حالة نفسية قد
تعيق النمو العاطفي والعلاقات الشخصية، خاصةً عندما تُثار بتجارب أسرية مثل طلاق
الوالدين. قد تُسبب هذه الحالة صعوبة في ثقة المراهقين بالآخرين، وميلهم إلى الانطواء،
ومعانائهم من القلق وعدم الاستقرار العاطفي

استخدم هذا البحث منهجًا نوعيًا مع دراسة حالة. كان موضوع الدراسة مراهقًا يبلغ
من العمر 13 عامًا يعاني من مشاكل في الثقة نتيجة طلاق والديه. تم جمع البيانات من
خلال الملاحظة والمقابلات والتوثيق. قام الباحث بدور المراقب، بينما تولى المرشد
النفسي عملية الإرشاد. يتضمن الإرشاد النفسي عدة مراحل: تحديد المشكلة،
والتشخيص، والتنبؤ بالنتائج، والعلاج، والتقييم، والمتابعة. استُخدمت أغنيتنا "رونزو"
و"بيرتو" كوسائل علاجية في هذه الدراسة، وذلك لملاءمتها لتجارب المستفيدين
العاطفية.

أظهرت النتائج أن الإرشاد التعبيري من خلال العلاج بالموسيقى ساهم في مساعدة
المستفيدين على تجاوز مشكلات الثقة. بعد المشاركة في عملية الإرشاد، أظهر

المستفيدون تحسناً ملحوظاً، كتحسّن قدرتهم على إدراك المشاعر والتعبير عنها، وانخفاض القلق والتفكير المفرط، وزيادة انفتاحهم في التفاعل مع الآخرين. لذا، يُمكن اعتبار الإرشاد التعبيري من خلال العلاج بالموسيقى تدخلاً بديلاً فعالاً لمساعدة المراهقين على تجاوز مشكلات الثقة.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد التعبيري، العلاج بالموسيقى، مشكلات الثقة، المراهقون.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
ABSTRAK	v
ABSTRACT	viii
خلاصة	x
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR TRANSLITERASI	xiv
DAFTAR ISI	xvi
DAFTAR TABEL	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Konsep	8
F. Sistematika Pembahasan	12
BAB II KAJIAN TEORITIS	14
A. Perspektif Teori	14
B. Perspektif Islam	26
C. Penelitian Terdahulu	33
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	39
B. Subjek Penelitian	40
C. Jenis dan Sumber Data	41
D. Teknik Pengumpulan Data	44
E. Teknik Validitas Data	46
F. Teknik Analisis Data	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian	53
B. Penyajian Data	58
C. Pembahasan Hasil Penelitian (Analisis Data)	88

BAB V PENUTUP	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran.....	96
C. Keterbatasan Penelitian	97
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN.....	103
BIOGRAFI PENULIS	118



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Kondisi Sebelum Diberikan Treatment.....	57
Tabel 4.2. Kondisi Konseli Setelah Melakukan Treatment.....	83



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Aribah Sholin, Abdillah Nasution. *Periodisasi Masa Remaja dan Ciri Khasnya; Pubertas, Remaja Awal dan Remaja Akhir*. May 24, 2024. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.11277882>.
- Annisa Fortuna Ramadhani, "Penerapan Teknik *Expressive Therapy* Dalam Menghadapi Problematic Social Media Use." *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori Dan Praktik Bimbingan Dan Konseling*. 2021.
- Agustina, A. "*Stabilitas Emosi Pada Penderita Strok Yang Telah Menjalani Terapi Musik*". Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. 2016.
- Amartya Lovelin Lanongbuka And Subaedah Luma, "Upaya Pastoral Konseling Bagi Pemuda Yang Mengalami *Trust issue* Akibat Konflik Saat Berpacaran" *ATOHEMA: Jurnal Teologi Pastoral Konseling*. January 2024.
- Alifa, N. *Solusi Al-Qur'an Dalam Menangani Trust issues*. 2025
- Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S. "*Metode Penelitian Kualitatif*." CV. Syakir Media Press. 2021
- Al-Qur'an, Al-Fath:4
Al-Qur'an, Ar-Rad: 28
Al-Qur'an, Al-Hujurat:12
Al-Qur'an, At-Taubah: 40
Al-Qur'an, Al-Fath:4
Al-Qur'an, Al-Hujurat:12
berdasarkan hasil observasi, tanggal 25 november 2025.
- Cathy A. Malchiodi. "*Expresive Therapy*" 2013.
- Chusniatuz Zahro Amalia Dewi, "*Edukasi Tentang Gangguan Kesehatan Mental Remaja Melalui Terapi Musik Kunto Aji*". .2022
- Dewi, Chusniatuz Zahro Amalia. *Edukasi Tentang Gangguan Kesehatan Mental Remaja Melalui Terapi Musik Kunto Aji*. N.D.2020
- Dwi Auliana Putri, Dwi Auliana Putri, Susi Fitri, and Karsih. "Pengembangan Panduan Terapi Musik Kelompok untuk Mengurangi Dampak Kekerasan Emosional pada Remaja." *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling* 11, No. 1 (December 2022): 43–53. <https://doi.org/10.21009/Insight.111.04>.

- Diah Putri Ayu Purnamarini, Et Al, "Pengaruh Terapi Expressive Writing Terhadap Penurunan Kecemasan Saat Ujian Sekolah: (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 59 Jakarta)," *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*. 2016.
- Ema Fitriya, Nur Hani'ah, and Hanifatul Khofifah. "Tasawuf dalam Perspektif Psikologi: Harmoni Spiritual dan Kesehatan Mental." *AJMIE: Alhikam Journal of Multidisciplinary Islamic Education* 5, no. 2 (January 2025). <https://doi.org/10.32478/8zv7ag68>.
- Eriyono Budi Wijoyo Dkk., "Efektivitas Musik Dalam Menurunkan Stres Akademik Pada Mahasiswa 14 ".2021
- Feng, Yingjie, and Mingda Wang. "Effect of Music Therapy on Emotional Resilience, Well-Being, and Employability: A Quantitative Investigation of Mediation and Moderation." *BMC Psychology* 13, no. 1 (January 2025): 47. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02336-x>.
- Fatima, A. (2025). *Distorsi Kognitif Istri Dalam Hubungan Jarak Jauh: Studi Fenomenologis Perspektif Islam Di Desa Barugae Kec. Mattirobulu Kab. Pinrang*.
- Ghofur, Farid Abdul, And Ahmad Fauzi. *Musik Islami Sebagai Terapi Ketenangan Jiwaperspektif Al-Farabi*. N.D.2025
- Hamidah, Nurul, Khairunnas Jamal, Khotimah Khotimah, and Ahmad Syaifullah. "Kajian Fenomenologi atas Al-'Afwu dalam Tafsir Kontemporer dan Relevansinya Dengan Trust issue." *Al-Hikmah: Jurnal Agama dan Ilmu Pengetahuan* 22, no. 1 (April 2025): 176–90. [https://doi.org/10.25299/ajaip.2025.vol22\(1\).21913](https://doi.org/10.25299/ajaip.2025.vol22(1).21913).
- Handaningtias, Uliviana Restu, Puspita Asri Praceka, and Ika Arinia Andryani. "Public Discourse Regarding Polrisesuaiprocedur Hashtag as a Trust issue." *Journal of Social and Political Sciences* 5, no. 4 (December 2022). <https://doi.org/10.31014/aior.1991.05.04.385>.
- Hasina, Siti Nur, and Iffatul Millah. *Terapi Musik Dalam Menurunkan Kecemasan Remaja Di Masa Pandemi Covid-19*. 4, No. 2 (2021).

- Hidayat, T., & Purwokerto, U. M. "Pembahasan Studi Kasus Sebagai Bagian Metodologi Penelitian". *Jurnal Study Kasus*. 2019
- Ikrima, Nafila, and Riza Noviana Khoirunnisa. *Hubungan Antara Attachment (Kelekatan) Orang Tua Dengan Kemandirian Emosional Pada Remaja Jalanan*. 8 (2021).
- Jäncke, Lutz. "Music, Memory and Emotion." *Journal of Biology* 7, no. 6 (2008): 21. <https://doi.org/10.1186/jbiol82>.
- jannah, M. *Kesehatan Mental Remaja: Dalam Kesepian, Disfungsi Keluarga, Dan Persahabatan*. Inspirasi Pustaka Media. 2024
- Lanongbuka, Amartya Lovelin, and Subaedah Luma. "Upaya Pastoral Konseling Bagi Pemuda Yang Mengalami Trust issue Akibat Konflik Saat Berpacaran." *Atohema: Jurnal Teologi Pastoral Konseling* 1, No. 1 (January 2024): 21–33. <https://doi.org/10.70420/1p4kh743>.
- Malchiodi, C. A. *Creative Interventions With Traumatized Children*. Guilford Press.) 2015
- Nailla Hasna, Azwaj, Rieke Kartika Winata, Yasmin Zulva, Intan Lisnawati, Akiko Chinara Putri Sg, Tedi Supriyadi, and Akhmad Faozi. "Terapi Musik Terhadap Stres Pada Mahasiswa Dalam Perspektif Islam: Music Therapy On Stress In Students From An Islamic Perspective." *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan* 13, no. 01 (January 2025): 114–39. <https://doi.org/10.52236/ih.v13i1.692>.
- Nalendra, Bimayuda Annajma, and Rifqii Daffa Althaaf Alfaaris. *Pengaruh Musik Terhadap Tingkat Stres Pada Remaja*. no. 2 (2023).
- Nurul Hamidah Et Al., "Kajian Fenomenologi Atas Al-‘Afwu Dalam Tafsir Kontemporer Dan Relevansinya Dengan Trust issue," *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan* 22, No. 1 (April 2025):176–90, [https://doi.org/10.25299/Ajaip.2025.Vol22\(1\).21913](https://doi.org/10.25299/Ajaip.2025.Vol22(1).21913).
- Nazir, M. (2014). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Kusuma, W. *Pengaruh Konseling Kreatif Teknik Musik-Writing Dan Forgiveness Terhadap Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan Yayasan Amal Al-Washliyah Geding Johor Medan*. 2019
- Purnamarini, Diah Putri Ayu, Theodorus I. Setiawan, and Dede Rahmat Hidayat. "Pengaruh Terapi Expressive Writing

- Terhadap Penurunan Kecemasan Saat Ujian Sekolah (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas Xi Di Sma Negeri 59 Jakarta).” *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 5, No. 1 (January 2016): 36. <https://doi.org/10.21009/Insight.051.06>.
- Putri, Devina Choirani Reza, and Michael Sitorus. *Self-Protective Mechanisms dan Broken Trust: Konsekuensi Psikologis Perselingkuhan Ayah terhadap Pola Attachment dan Emotional Intimacy pada Perempuan Dewasa Awal*. n.d.
- Putri, Talenta Adiyanti. “Resiliensi Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua.” . . *Character* 9 (2022).
- Primadita, A. “Efektifitas Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Stress Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa PSIK Undip Semarang” .2012
- Putriani, L. “Pelatihan Dan Works Expressive Therapy” 2017.
- Prasetyo, D., Bakar, A Et.Al “Terapi Musik Untuk Mengurangi Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Sma Negeri 5 Banda Aceh”. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*. 2018.
- Ramadhani, Annisa Fortuna. “Penerapan Teknik Expressive Therapy Dalam Menghadapi Problematic Social Media Use.” *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling* 8, no. 2 (November 2021). <https://doi.org/10.36706/jkk.v8i2.14176>.
- Rukin, S. P. “Metodologi Penelitian Kualitatif.” Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia. 2019
- Sugiyono, Dr. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. N.D.
- Syahniar, S., & Putriani, L. “Pelatihan Dan Workshop Pendekatan Dan Teknik Konseling Expressive Therapy Bagi Guru BK SLTP/Mts. N Kota Padang”. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 163-166. 2017
- Seligman, AB. “Masalah Kepercayaan”. 2021
- Suryana, D. “Terapi Musik: Music Therapy”. Createspace Independent Publishing Platform.” 2012.
- Ulfatun Najiha and Maryana. “Literature Review Terapi Musik Untuk Menurunkan Stres Pada Remaja.” *Jurnal Ilmiah Zona*

- Psikologi* 7, No. 1 (November 2024).
<https://doi.org/10.37776/Jizp.V7i1.1597>.
- Wijoyo, Eriyono Budi, Imas Yoyoh, and Hera Hastuti. *Pengaruh Intervensi Terapi Musik Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Selama Proses Penyusunan Tugas Akhir: Literature Review*. 14 (n.d.).
- wawancara biodata konselor, 24 november 2025
- Yosephine, Yosephine, Monty P. Satiadarma, and Yohana Theresia. “Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Perilaku Agresi Pada Remaja.” *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni* 3, no. 2 (October 2019): 509–19.
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.3562.2019>.
- Yusvinanda, F. A., Sari, I., & Kosasih, A. (2025). Studi Literatur Tentang Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam dan Psikologi: Faktor dan Strategi Penanganannya. *Advances In Education Journal*, 2(1), 1-12.
- Zulkarnaen, D. K., & Rosiana, D. “Trust Anak Kepada Orang Tua Studi Pada Mahasiswa Yang Memiliki Orang Tua Yang Bercerai.” 2017

UIN SUNAN AMPEL
 S U R A B A Y A