

## DAFTAR RUJUKAN

- Adisti, Eka Rosdiana. “Peranan Hati terhadap Religius Individu Menurut Perspektif Psikologi,” ITB Ahmad Dahlan Socio Technopreneur University, diakses dari <https://www.itb-ad.ac.id/2023/01/11/peran-hati-terhadap-religiusitas-individu-menurut-perspektif-psikologi/>, pada tanggal 24 Februari 2024 pukul 18: 06 WIB.
- Afandi, Irfan. M.Amir Mahmud. “ Strategi Menghadapi Cobaan dalam Al-Qur’an.” *Ar-Risalah* XVIII No. 2. 2020.
- Aisafitri, Lira dan Kiayati Yusriyah. “Kecanduan Media Sosial (FOMO) pada Generasi Millennial,” *Jurnal Audiensi Jurnal Ilmu Komunikasi* 4 no.1. Feberuari, 2021.
- Amrullah, Abdul Malik Abdul Karim. *Tafsir Al-Azhar Jilid I*. t.t. : Pustaka Nasional PTE LTD Singapur. t.th..
- Ardianto, Medi Romi, Ahmad Zamroni. “Implikasi Ketenangan Jiwa Dan Ketentraman Hati Sebagai Faktor Yang Mempengaruhi Keberhasilan Pendidikan Bagi Remaja.” *IEMJ* 1. no. 1. 2021.
- Arif, Imam Setia. *Psikologi Positif : Pendekatan Sainstifik Menuju kebahagiaan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2016.
- Asmuni, Ahmad. “Zikir dan Ketenangan Jiwa Manusia, Kajian Tentang Sufistik-Psikologik.” *Prophetic*. 1. No. 1. November, 2018.
- Asqlānī (al), Ahmad Ibn ‘Ali. *Fathu al-Bārī*, Juz.1. Beirut: Dār al-Kutub al-Imiyah, 773-852.
- Bagus, Loren. *Kamus Filsafat*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama. 2005.
- Bāqī (al), Muhammad Fuād ‘Abd. *al-Mu’jam al-Mufaḥras Li Alfāz Al-Qur’an*.Kairo: Dār al-Kutub al-Miṣriyyah, 1945.
- Burhanuddin. “ Zikir dan Ketenangan Jiwa Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegagalan Jiwa.” *Mimbar* 6, No. 1. 2020.
- Cahyadi, Andi. “Gambaran Fenomena Fear Of Missing Out (Fomo) pada Generasi Z di Kalangan Mahasiswa,” *Widya Warta* no. 2. Juli, 2021. ISSN 0854-1981.
- Darif, Iman Setia. *Psikologi Positif Pendekatan Sainstifik Menuju Kebahagiaan* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka. 2007.
- Darwazah, Muḥammad Izzat. *at-Tafsīr al-Ḥadīṣ Tartīb as-Suwar Ḥasab an-Nuzūl*, vol. 1. Beirut: Dār al-Gharb al-Islāmī. 2000.

- Dimasqi (ad), Ismail Umar Bin Kastir al-Qursyi. *Tafsīr Al-Qur'an Al Aẓī*. Bairut: Dar Ibnu Hazm. 2000.
- Fiky (el), Ibrahim. *Terapi Berpikir Positif*. Tangerang, Nusantara Lestari ceria Pratama, 2015.
- Febri Endra, *Pengantar Metodologi Penelitian (Statistika Praktis)*. Malang: Zifatama Jawara. 2017.
- Fakhriyani, Diana Vidya. *Kesehatan Mental*. Pamekasan: Duta Media Publishing, 2019.
- Garvin, “*Psikologi Positif: Mengeksplorasi Manusia Melalui Sisi Positif*,” Buletin KPIN diakses dari <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/400-psikologipositif#:~:text=Psikologi%20positif%20memelajari%20pengalaman%20subjektif,Seligman%20%26%20Csikszentmihalyi%2C%202000> pada tanggal 4 September 2023 pukul 14:07.
- Ghazālī (al). *Mukhtaṣar Ihya' Ulūm Ad-Dīn*. Jakarta: Psutaka Amani, 1986.
- Hadi, Sopyan. “Konsep Sabar dalam al Qur'an,” *Jurnal Madani* 1. No. 2 .September. 2018.
- Hamka. *Tafsir Al-Azhar*, vol. 1. Singapore: Pustaka Nasional PTE LTD Singapura. 1990.
- Imamduddin. “Fear Of Missing Out (Fomo) dan Konsep Diri Generasi-Z: Ditinjau dari Aspek Komunikasi.” *Jprmedcom* 2. No. 1. Juni. 2020.
- Islah, Fadhil Maliky, dkk. *Riset-Riset dalam Cyberpsychology*. Yogyakarta: Zahir Publishing. 2020.
- Jalaluddin, Abd. Ketenangan Jiwa Menurut Fakhr al-Dīn Al-Rāzī dalam Tafsīr Mafātih al-Ghayb, *Al-Bayan*. Juni, 2018.
- Jalil, Muhammad Hilmi. dkk, “ Konsep Hati Menurut Imam Al-Ghazali.” *Jurnal Reflektika* 11. no. 11. Januari, 2016.
- Janna, Siti Nuriah Fatkhul. “*Fear Of Missing Out* sebagai Bentuk Adiksi Medai Sosial Remaja (Studi Kasus pada Aktifitas Bermedia Sosial Remaja di Kelurahan Cireundeu, Tangerang Selatan)”. Skripsi, Universitas Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Jauziyyah (al), Ibn Qoyyim. *Tafsir Ibn Qoyyim: Tafsir Ayat-Ayat Pilihan*, diterjemahkan oleh Kathur Suhardi. Jakarta: Darul Falah. 2000.
- Juariah, Siti dkk. “ Bimbingan Rohani Islam untuk Ketenangan Jiwa Warga Binaan,” *At-Taujih* III, No 2. 2023.

- Kalisna, Mirna Dewi. “ Hubungan antara Sindrom Fomo ( Fear Of Missing Out) dengan Kepercayaan Diri Siswa pada Siswa Kelas VI di Smp Muhammadiyah 2 Godean Sleman Tahun Ajaran. 2019/2020.” *G-cuns* 5 No. 2. Juni. 2021.
- Kumala, Olivia Dwi. “Efektivitas Pelatihan Dzikir dalam Meningkatkan Ketenangan Jiwa pada Lansia Penderita Hipertensi.” *Psychathic* 4. No 1 .2017.
- Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an. Al-Qur’an dan Terjemahannya: Edisi Penyempurnaan 2019 (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur’an, 2019.
- Lathifah, dkk, “Kesehatan Mental dalam Perspektif Rafsir Al-Qur’an Tematik LPMQ Kemenag RI dan Teori Psikologi Al-Bakhi.” *Diya al-Afkār* 9. no. 2 .Desember. 2021.
- Lubis, Ramadan. “Konsep Jiwa Dalam Al-Qur’an.” *Nizhamiyah* X, No. 2. Juli – Desember, 2020.
- Ma’ruf, Bisyar U’ad. *Tafir at-Ṭabari*. Bairut: Muassah al-Risalah, 1994.
- Marwan, Yahya. *Hidayatu Al-Insan bi Tafisiri Al-Qur’an*. t.t.: t.p., t.t..
- Mcginnis, Patrick J. *Fear Of Missing Out Tempat Mengambil Keputusan Di Dunia yang Menyajikan Terlalu banyak Pilihan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 2020.
- Moleong, Lexi J. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 2012.
- Mustaqim, Abdul. *Metode Penelitian Al-Qur’an dan Tafsir*. Yogyakarta: Idea Sejahtera. 2014.
- Mutaqin, Mumu Zainal. “Konsep Sabar Dalam Belajar Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Islam.” *Journal of Islamic Education* 3 No. 1 .Maret, 2022.
- Muwangir, Muhammad. “ Zakiyah Drajat dan Pemikirannya tentang Islam dan Kesehatan Mental.” *Jurnal Ilmu Agama* 16. no. 2. 2015.
- Narti, Sri, dkk. “ Kajian Dampak Perilaku Fomo (Fear Of Missing Out) Bagi Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19” *Volume 2*. No.1. Januari, 2022.
- Nasruddin, M. Wahid. “Gangguan Kecemasan dalam Perspektif Al-Qur’an (Pendekatan Psikologi)” Skripsi, Universitas Sunan Ampel. Surabaya.
- Nasrullah, Nurul fani. “Konsep Ketenangan Hati Perspektif Al-Qur’an (Studi Analisis Semantik Toshihiko Izutsu.”. Skripsi. UIN Prof. K. H.Saifuddin Zuhri. Purwokerto.

- Nawawi, Muhammad. *at-Tafsir al-Munir li Ma'alimi at-Tanzil*. juz I. t.t.: t.p., t.th..
- Nuhaya, Halida Ulin. "Psikologi Kecemasan dalam Al-Qur'an (Tafsir Tematik atas Ayat-Ayat Syifa tentang Kecemasan)". Skripsi. Institut Agama Islam Negeri Salatiga.
- Nihayah, Ulin. dkk. "Konsep Memaafkan dalam Psikologi Positif." *Ijocad* 3. No. 2 .2021.
- Neenan, Michael. *Developing Resilience a Cognitive- Behavioural Approach*. New Yourk: Routledge. 2017.
- Oberst, Ursula dkk. "Negative Consequences From Heavy Social Networking In Adolescents: The Mediating Role Of Fear Missing Out." *Journal Of Adolescence* 55 no. 1. Desember, 2017.
- Pratiwi, Mariska. "Penerapan Tasawuf untuk Pencegahan Fomo dan Pembangkit Psikologis Positif pada Remaja." *Gunung Djati Conference Series* 23 2023. Religious Studies ISSN: 2774-6585.
- Rahmadi. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin: Antasari Press. 2011.
- Rāzī (ar), Muhammad Fakhruddin. *Tafsir Mafātih al-Ghaib*, juz 4. Beirut: Darl al-Fikr, 1981.
- Raihanah. "Konsep Sabar dalam AlQuran," *Tarbiyah Islamiyah* 6. No. 1. Januari-Juni. 2016.
- Riastyanto, Nurendra. "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Fenomena Fear of Missing Out pada Nelayan di Wilayah Suradadi, Kabupaten Tegal." *Marina* 7 No. 1. 2021.
- Robert, Frager. *Psikologi Sufi untuk Transformasi Hati, Diri, dan Jiwa diterjemahkan dari Heart Self & Soul: The Psychology of Growth, Blance. Hasmiyah Rauf*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta. 2002.
- ". "Robert Frager is an American Spcial Psychology," Prabook diakses dari <http://prabook.com/web/mobile/#!/profile/1917676>, pada tanggal 24 Februari 2024 pukul 18: 06 WIB.
- Rosdialena, Ernadewita. "Sabar sebagai Terapi Kesehatan Mental." *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat* 3. No. 1. 2019.
- Sa'adah, Ida Rif'atus. Ketua BEM Sekolah Tinggi Agama Islam al-Hikmah 2, *Wawancara Lewat Telepon*. 25 Februari 2024.
- Ṣabūnī (as), Muhammad Alī. *at-Tafsir Al-Wāḍih al-Muyassar*. Bairut : Maktabah as-Ṣiriyah. 2007.

- Saleh, Adnan Achiruddin. *Pengantar Psikologi*. Makasar: Penerbit Aksara Timur. 2018.
- Sarbini. "Peranan Ketenangan Jiwa Bagi Keberhasilan Proses Pendidikan Remaja". Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Sarmadi, Sunedi. *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga. 2018.
- Savitri, Judithya Anggita. "Fear of Missing Out dan Kesejahteraan Psikologis Individu Pengguna Media Sosial di Usia Emerging Adulthood." *Acta Psychologia* 1 No.1. 2019.
- Seligman, Martin E.P.. *Authentic Happiness Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*. Bandung : Mizan, 2005.
- , *Learned Optimism How to Change Your Mind and Your Life*. New York: Vintage Books. 2006
- Shihab, Quraish. *Ensiklopedia Al-Qur'an Kajian Kosa Kata K-N*. Jakarta: Lentera, 2007.
- , *Tafsir Al-Misbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Vol.1* Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Siregar, Ayu Nurlaila Sari. "Fear Of Missing Out (FOMO) dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)". Skripsi. Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2022.
- Suyūti (as), Jalaluddin. *Tafsir l-Jalalain*. Kairo: Maktabah al-Iman.
- Wirasukessa, Kadek. "Fear of Missing out dan Hedonisme pada Perilaku Konsumtif Millennials : Peran Media Sisubjective Norm dan Attitude." *Jimea* 7. No.1. 2023.
- Yudhawati, Dian. "Implementasi Psikologi Positif Dalam Pengembangan Kepribadian Mahasiswa." *Psycho Idea* 16. No.2. Juli, 2018.
- Yuniani, Nur Rama. "Hubungan Antara Fear Of Missing Out Dengansubjective Well Being Pada Remajapengguna Instagram." *Volume 13*. No. 1. Juni. 2021.
- Zuhaili (az), Wahbah. *tl-Tafsir al-Munir fī al-Aqīdah wa al-Syar'iyah aa Al-Manhaj*. Damaskus: Dār Al-Fikr. 2009.
- Zulkifli. "Bimbingan Penyuluhan Islam," *Vol. 1*. No. 1. Januari-Juni. 2019.