

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulloh, Mohammad Ali Hasan. "Gambaran Fear og Missing (FoMO) Pada Mahasiswa Pekanbaru." Universitas Islam Riau, 2021.
- Abu Faris, Muhammad Abdul Qadir. *Tazkiyatun Nafs*. Terj. Habiburrahman Saerozi. Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Akbar, Rizki Setiawan, Audry Aulya, Adra A Psari, dan Lisda Sofia. "Ketakutan Akan Kehilangan Momen (FoMo) Pada Remaja Kota Samarinda." *Psikostudia : Jurnal Psikologi* 7, no. 2 (Juni 2019): 38. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v7i2.2404>.
- Ali, Mohammed Farid. "Contentment (Qanācah) and Its Role in Curbing Social and Environmental Problems." *Islam and Civilisational Renewal* 5, no. 3 (Juli 2014): 430–45. <https://doi.org/10.12816/0009871>.
- Andriani, Irnadia, dan Ihsan Mz. "Konsep Qana'ah dalam Mewujudkan Keluarga Harmonis Perspektif Alquran." *NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam* 3, no. 1 (Juni 2019): 64–73. <https://doi.org/10.23971/njppi.v3i1.1291>.
- Anggraeni, Revinda Devika. "Hubungan Antara Subjective Well-Being Dan Fear of Missing Out (FOMO) pada Emerging Adulthood." Universitas 17 Agustus 1945, 2020.
- Annisa, Rifka. *Kesehatan Mental di Era Digital: Antara FOMO dan Keseimbangan Diri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2022.
- Azyumardi, Azra. *Ensiklopedi Tasawuf*. Bandung: Angsana, 2008.
- Baidan, Nashruddin, dan Erwati Aziz. *Metodelogi Khusus Penelitian Tafsir*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2022.
- Citra Ramadhanty. "Implementasi Qana'ah Terhadap Rasa Rendah Diri (Inferiority)." *Nathiqiyyah* 6, no. 1 (Juni 2023): 26–33. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyyah.v6i1.743>.
- Duriawati, Dwi. "Hubungan Antara Qona'ah Dengan Kepuasan Hidup Pada Mahasiswa Yang Kuliah Sambil Bekerja di Universitas Muhammadiyah Pekanbaru." Universitas Islam Riau, 2019.
- Fabriar, Silvia Riskha. "AGAMA, MODERNITAS DAN MENTALITAS: Implikasi Konsep Qana'ah Hamka Terhadap Kesehatan Mental." *MUHARRIK: Jurnal Dakwah dan Sosial* 3, no. 02 (Oktober 2020): 227–43. <https://doi.org/10.37680/muharrik.v3i02.465>.

- Fadilah, Nur. "Implementasi Qana'ah Dalam Menanamkan Rasa Syukur Pada Orangtua Anak Tunagrahita di Sekolah Luar Biasa Negeri PKK Provinsi Lampung." Universitas Islam Negeri Raden intan Lampung, 2023.
- Fauzan, Fauzan, Imam Mustofa, dan Masruchin Masruchin. "Metode Tafsir Maudu'Ī (Tematik): Kajian Ayat Ekologi." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu al-Qur'an dan al-Hadits* 13, no. 2 (Januari 2020): 195–228. <https://doi.org/10.24042/al-dzikra.v13i2.4168>.
- Fominaya, Adam W., Patrick W. Corrigan, dan Nicolas Rüsch. "The effects of pity on self- and other-perceptions of mental illness." *Psychiatry Research* 241 (Juli 2016): 159–64. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2016.04.058>.
- Fujianti, Nurul. "Pengaruh Zuhud Terhadap Fear of Missing Out (FOMO) Pada Mahasiswa Fuhum UIN Walisongo Semarang." Universitas Islam Negeri Walisongo, 2022.
- Gani, Siti Nurjana. "Pengaruh Life Satisfaction Terhadap Fear of Missing Out Pada Mahasiswa UIN Malang Pengguna Instagram." Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2021.
- Al Ghazali. *Ihya Ulumuddin*. Terj. Ismail Yakub Jilid 4. Singapura: Pustaka Nasional PTE LTD, 1988.
- Ghazali, Muhammad al-. *Mukhtasar Minhaj al-'Abidin*. Kairo: Dar al-Turath, 2006.
- Gunawan, Inggit Annisa Nurfethia, Suryani, dan Iwan Shalahuddin. "Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Gangguan Psikososial Pada Remaja: A Narrative Review." *Jurnal Kesehatan* 15, no. 1 (Juni 2022): 78–92. <https://doi.org/10.23917/jk.v15i1.17426>.
- Hamka. *Tasawuf Modern*. Jakarta: Pustaka Panjimas, 1990.
- . *Tasawuf Modern: Bahagia itu Dekat dengan Kita ada di Dalam Diri Kita*. Jakarta: Republika Penerbit, 2015.
- Al-Hanifah, Hilyatul Azhar. "Self Control Terhadap Fenomena Fear of Missing Out (FOMO) Dalam Perspektif Hadis (Kajian Hadis Tematik)." Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2024.
- Hasan, Kamaruddin, Anisa Utami, Suci Eni, Nurul Izzah, dan Saskia Cahya Ramadhan. "Komunikasi di Era Digital: Analisis Media Konvensional Vs New Media Pada Kalangan Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Malikussaleh Angkatan 2021." *Jurnal Komunikasi Pemberdayaan* 2, no. 1 (Oktober 2023): 56–63. <https://doi.org/10.47431/jkp.v2i1.302>.
- Kafabihi, Agus Ahmad. *Jejak Sufi : Membangun Moral Berbasis Spiritual*. Kediri: Lirboyo Press, 2011.

- Al-Khazin. *Lubāb al-Ta'wīl fī Ma'ānī al-Tanzīl*. Beirut: Dar al-Fikr, 1995.
- Kamalia, Malikhatul, Halimatussa'diyah, dan Anggi Ari. "Makna Qana'ah dan Implementasinya di Masa Kini." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir dan Pemikiran Islam* 3 (April 2022): 45–61. <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v3i1.631>.
- Al Maliki, Assayid Bakri. *Merambah Jalan Shufi Menuju Surga Ilahi*. Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2002.
- McGinnis, Patrick. J. *Fear of Missing Out Practical Decision-Making in a World of Overwhelming Choice*, terj. Annisa C. Putri. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka, 2020.
- . *Fear of Missing Out (Tepat Mengambil Keputusan di Dunia yang Menyajikan Terlalu Banyak Pilihan)*. Jakarta: PT.Gramedia Pustaka Utama, 2020.
- Melati, Sri, Ahmad Zuhri, dan Jufri Naldo. "Qanā'ah dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar." *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 2 (September 2025): 634–48. <https://doi.org/10.58363/alfahmu.v4i2.626>.
- Munawwir, Ahmad Warson. *Al-Munawwir Kamus Arab Indonesia*. Surabaya: Pustaka Progresif, 1997.
- Musyafiq, Ahmad. *Reformasi Tasawuf Al Syafi'i*. Jakarta: Fitroh Printing, 2003.
- Nur Cahya, Melani, Widia Ningsih, dan Ayu Lestari. "Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja: Tinjauan Pengaruh Penggunaan Media Sosial pada Kecemasan dan Depresi Remaja." *Jurnal Sosial Teknologi* 3, no. 8 (Agustus 2023): 704–6. <https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v3i8.917>.
- Nurhidayati, Siti Asyiyah. "Konsep Qanaah Sebagai Media Terapi Fomo Syndrom Menurut Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah." Diploma, IAIN Ponorogo, 2025. https://etheses.iainponorogo.ac.id/34343/?utm_source=chatgpt.com.
- Przybylski, Andrew K., Kou Murayama, Cody R. DeHaan, dan Valerie Gladwell. "Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out." *Computers in Human Behavior* 29, no. 4 (Juli 2013): 1841–48. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>.
- Al-Qur'an Kementrian Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2015.

- Al Qusyairy, Abd Al Karim Ibn Hawazin. *Risalah Sufi Al-Qusyayri*. Bandung: Pustaka, 1994.
- Rohman, Kafi Khubir. "Konsep Qana'ah dalam Al-Qur'an: Studi Komparatif Tafsir Al-Tabari dan Wahbah Al-Zuhaili." UIN Sunan Ampel, 2023.
- Rozali, Yuli Asmi. "PENGUNAAN ANALISIS KONTEN DAN ANALISIS TEMATIK." *Forum Ilmiah* 19, no. 1 (2022).
- Rukajat, Ajat. *Pendekatan Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: CV Budi Utama, 2018.
- Saifuddin, Ahmad, dan 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 (Mei 2025): 20. <https://doi.org/10.22146/gamajop.102312>.
- Sajida, Anisa. "Solusi Al-Qur'an Terhadap Fenomena FOMO (Fear of Missing Out) (Analisi Deskriptif atas Q.S Ibrahim 14 ayat 7 dan Q.S Al-Hajj 22 ayat 36 dalam Tafsir al-Azhar)." Universitas Islam Negeri Mataram, 2023.
- Samsiah, Nur. "Hubungan Sikap Qana'ah Dengan Kesejahteraan Psikologis (Well-being) Pada Generasi Z: Studi Korelasional Pada Mahasiswa Angkatan 2021 Tasawuf Dan Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung." Other, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2024. https://digilib.uinsgd.ac.id/95451/?utm_source=chatgpt.com.
- Saputro, Iswan, Annisa Fitri Hasanti, dan Fuad Nashori. *Qana'ah pada Mahasiswa Ditinjau dari Kepuasan Hidup dan Stres*. 3, no. 1 (2017).
- . "Qana'ah pada Mahasiswa Ditinjau dari Kepuasan Hidup dan Stres." *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris & Non-Empiris* 3, no. 1 (2017): 11–30.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. 1 vol. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- . *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, dan Keselarasan Al-Qur'an*. 11 ed. Jakarta: Lentera Hati, 2005.
- . *Tafsir al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. 1 ed. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Subhi, Muhammad Rifa'i. *Tasawuf Modern: Paradigma Alternatif Pendidikan Islam*. Pemalang: Arif Management, 2012.

- Sugiyono, Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Suyuti, Jalal al-Din al-. *Lubāb al-Nuqūl fī Asbāb al-Nuzūl*. Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 2002.
- Al-Tabari, Abu Ja’far Muhammad bin Jarir. *Jami al-Bayan An Ta’wil ayi al-Qur’an*. Kairo: Dar as-Salam, 2007.
- , Abu Ja’far Muhammad Ibn Jarir. *Jami’ Al-Bayan ‘an Ta’Wil Al_Qur’an*. Juz 13. Kairo: Dar Hajar, 2001.
- Taswiyah. “Mengantisipasi Gejala Fear of Missing Out (FoMO) terhadap Dampak Social Global 4.0 dan 5.0 Melalui Subjective Weel-Being dan Joy of Missing Out (JoMO).” *Jawara* 8, no. 1 (2022).
- Tatang, M. Amirin. *Menyusun Rencana Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers, 1990.
- Tseng, Mei-Chih Meg, Chin-Hao Chang, Shih-Cheng Liao, dan Yi-Chun Yeh. “Length of stay in relation to the risk of inpatient and post-discharge suicides: A national health insurance claim data study.” *Journal of Affective Disorders* 266 (April 2020): 528–33. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.02.014>.
- Widowati, Inneke Rizky, dan Muhammad Syafiq. “ANALISIS DAMPAK PSIKOLOGIS PADA PENGGUNA MEDIA SOSIAL.” *Jurnal Penelitian Psikologi* 9, no. 2 (2022).
- Zhang, Caili, Lin Wu, Dongqing Cai, Caiyun Zhang, Ning Wang, Jing Zhang, dan Zhengyan Wu. “Adsorption of Polycyclic Aromatic Hydrocarbons (Fluoranthene and Anthracenemethanol) by Functional Graphene Oxide and Removal by pH and Temperature-Sensitive Coagulation.” *ACS applied materials & interfaces* 5 (April 2013). <https://doi.org/10.1021/am4002666>.
- Al-Zuhaili, Wahbah. *Tafsir Al-Munir Fii Al-Aqidan Wa Al-Syari’ah Wa Al- Manhaj*. Jil. 7. Damaskus: Dar al-fikr, 2009.
- Zuhaili, Wahbah az-. *Tafsir Al-Munir. Aqidah, Syari’ah, Manhaj*. Terj. Abdul Hayyie Al-Kattani dkk. Jakarta: Gema Insani, 2016.