

**IMPLEMENTASI TEKNIK *EMPTY CHAIR* DENGAN PENDEKATAN
SPIRITUAL UNTUK MENGATASI *UNFINISHED BUSINESS* AKIBAT
TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL
(STUDI KASUS DI SPIRITUAL HIPNOTERAPI CIREBON)**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
Memperoleh gelar sarjana Agama (S.Ag)
pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi



NOVIANTI

2285160003

FAKULTAS USHULUDDIN DAN ADAB

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)

SIBER SYEKH NURJATI CIREBON

2026 M/1447 H



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**

**IMPLEMENTASI TEKNIK *EMPTY CHAIR* DENGAN PENDEKATAN
SPIRITUAL UNTUK MENGATASI *UNFINISHED BUSINESS* AKIBAT
TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL
(STUDI KASUS DI SPIRITUAL HIPNOTERAPI CIREBON)**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
Memperoleh gelar sarjana Agama (S.Ag)
pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi



NOVIANTI
2285160003

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN ADAB
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SIBER SYEKH NURJATI CIREBON**

2026 M/1447

ABSTRAK

NOVIANTI. NIM: 2285160003, “IMPLEMENTASI TEKNIK *EMPTY CHAIR* DENGAN PENDEKATAN SPIRITUAL UNTUK MENGATASI *UNFINISHED BUSINESS* AKIBAT TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL (STUDI KASUS DI SPIRITUAL HIPNOTERAPI CIREBON)”

Trauma relasional merupakan pengalaman hubungan interpersonal yang menyakitkan dan dapat meninggalkan dampak psikologis jangka panjang apabila tidak diproses secara adaptif. Pengalaman tersebut berpotensi berkembang menjadi *unfinished business*, yaitu pengalaman emosional masa lalu yang belum terselesaikan dan masih memengaruhi kondisi psikologis individu pada masa sekarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk-bentuk *unfinished business* akibat trauma relasional pada individu dewasa awal, mendeskripsikan implementasi teknik *empty chair* dengan pendekatan spiritual dalam mengatasi *unfinished business*, serta mengetahui manfaat implementasi teknik *empty chair* dengan pendekatan spiritual dalam mengatasi *unfinished business* akibat trauma relasional pada individu dewasa awal.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Informan utama dalam penelitian ini berjumlah dua orang dewasa awal yang mengalami *unfinished business* akibat trauma relasional. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dokumentasi, dan triangulasi sumber yang melibatkan terapis serta informan pendukung yang memiliki kedekatan dengan klien. Intervensi dilakukan melalui teknik *empty chair* yang diintegrasikan dengan pendekatan spiritual dalam konteks spiritual hipnoterapi. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik melalui proses transkripsi, pengkodean, kategorisasi, identifikasi tema, serta interpretasi data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *unfinished business* yang dialami kedua klien ditandai oleh emosi yang tidak terungkap (*unexpressed emotions*), konflik interpersonal yang belum terselesaikan, kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi, serta pengalaman traumatis yang masih memengaruhi kehidupan saat ini. Implementasi intervensi dilakukan melalui tahap pra-intervensi, intervensi, dan pasca-intervensi. Dalam proses intervensi, teknik *empty chair* berperan membantu klien mengungkapkan emosi yang terpendam, meningkatkan kesadaran diri (*self-awareness*), memahami sumber konflik, serta menyelesaikan konflik emosional yang berkaitan dengan *unfinished business*. Sementara itu, pendekatan spiritual berperan membantu klien memperoleh pemaknaan baru terhadap pengalaman hidup, meningkatkan penerimaan diri, menumbuhkan sikap ikhlas dan memaafkan, serta memperkuat proses pemulihan psikologis. Temuan penelitian menunjukkan bahwa integrasi teknik *empty chair* dan pendekatan spiritual dapat membantu mengatasi *unfinished business* akibat trauma relasional pada dewasa awal secara emosional maupun spiritual.

Kata Kunci: *empty chair*, pendekatan spiritual, *unfinished business*, trauma relasional, dewasa awal, spiritual hipnoterapi.

ABSTRACT

NOVIANTI. NIM: 2285160003, “THE IMPLEMENTATION OF THE EMPTY CHAIR TECHNIQUE WITH A SPIRITUAL APPROACH TO ADDRESS UNFINISHED BUSINESS RESULTING FROM RELATIONAL TRAUMA IN EARLY ADULTHOOD (A CASE STUDY AT SPIRITUAL HYPNOTHERAPY CIREBON)”

Relational trauma is a painful interpersonal experience that may leave long-term psychological impacts when not processed adaptively. Such experiences have the potential to develop into unfinished business, namely unresolved emotional experiences from the past that continue to influence an individual's current psychological condition. This study aims to identify the forms of unfinished business resulting from relational trauma in early adulthood, describe the implementation of the empty chair technique with a spiritual approach in addressing unfinished business, and examine the benefits of implementing the empty chair technique with a spiritual approach for individuals experiencing relational trauma.

This study employed a qualitative approach using a case study method. The primary participants consisted of two early adults experiencing unfinished business resulting from relational trauma. Data were collected through in-depth interviews, observation, documentation, and source triangulation involving the therapist and supporting informants who were close to the participants. The intervention was conducted using the empty chair technique integrated with a spiritual approach within the context of spiritual hypnotherapy. Data were analyzed using thematic analysis through transcription, coding, categorization, theme identification, and interpretation.

The findings revealed that the participants' unfinished business was characterized by unexpressed emotions, unresolved interpersonal conflicts, unmet psychological needs, and traumatic experiences that continued to influence their present lives. The intervention was implemented through three stages: pre-intervention, intervention, and post-intervention. During the intervention process, the empty chair technique played a role in helping participants express suppressed emotions, increase self-awareness, understand the sources of conflict, and resolve emotional conflicts related to unfinished business. Meanwhile, the spiritual approach helped participants develop new meanings toward their life experiences, increase self-acceptance, cultivate sincerity and forgiveness, and strengthen their psychological recovery process. The findings indicate that the integration of the empty chair technique and a spiritual approach can help address unfinished business resulting from relational trauma in both emotional and spiritual dimensions.

Keywords: *empty chair, spiritual approach, unfinished business, relational trauma, early adulthood.*

ملخص

نوفيانتي، رقم القيد: 2285160003، "تطبيق تقنية الكرسي الفارغ بالمدخل الروحي للتغلب على الأمور غير المنجزة الناتجة عن الصدمة العلائقية لدى الراشدين في مرحلة الرشد المبكر (دراسة حالة في مركز العلاج بالتنويم الإيحائي الروحي بمدينة شيريبون)".

تُعد الصدمة العلائقية تجربة مؤلمة في العلاقات الإنسانية قد تترك آثارًا نفسية طويلة المدى إذا لم تتم معالجتها بصورة تكيفية. وقد تتطور هذه التجارب إلى ما يُعرف بالأمور غير المنجزة، وهي الخبرات الانفعالية الماضية التي لم تُحل بعد وما تزال تؤثر في الحالة النفسية للفرد في الوقت الحاضر. هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أشكال الأمور غير المنجزة الناتجة عن الصدمة العلائقية لدى الراشدين في مرحلة الرشد المبكر، ووصف تطبيق تقنية الكرسي الفارغ بالمدخل الروحي في التعامل مع هذه المشكلات، وبيان فوائد هذا التطبيق في التخفيف من آثار الصدمة العلائقية.

اعتمدت الدراسة المنهج النوعي باستخدام أسلوب دراسة الحالة. وشارك في الدراسة حالتان من الراشدين في مرحلة الرشد المبكر ممن يعانون من أمور غير منجزة ناتجة عن صدمات علائقية. جُمعت البيانات من خلال المقابلات المتعمقة، والملاحظة، والتوثيق، بالإضافة إلى التثليث بالمصادر من خلال المعالج وبعض المقربين من المشاركين. وتم تنفيذ التدخل العلاجي باستخدام تقنية الكرسي الفارغ المدمجة بالمدخل الروحي في إطار العلاج بالتنويم الإيحائي الروحي. كما تم تحليل البيانات باستخدام التحليل الموضوعي من خلال مراحل التفريغ، والترميز، والتصنيف، واستخراج الموضوعات، ثم تفسير النتائج.

أظهرت النتائج أن الأمور غير المنجزة لدى المشاركين تمثلت في المشاعر غير المعبر عنها، والصراعات الشخصية غير المحلولة، والاحتياجات النفسية غير المشبعة، والخبرات المؤلمة التي ما تزال تؤثر في حياتهم الحالية. وقد تم تطبيق التدخل العلاجي عبر ثلاث مراحل هي: ما قبل التدخل، والتدخل، وما بعد التدخل. وأظهرت النتائج أن تقنية الكرسي الفارغ ساعدت المشاركين على التعبير عن المشاعر المكبوتة، وزيادة الوعي بالذات، وفهم مصادر الصراع، والتعامل مع المشكلات الانفعالية المرتبطة بالأمور غير المنجزة. أما المدخل الروحي فقد أسهم في مساعدة المشاركين على اكتساب معاني جديدة لتجاربهم الحياتية، وتعزيز تقبل الذات، وتنمية قيم الإخلاص والتسامح، وتقوية عملية التعافي النفسي. وتشير النتائج إلى أن التكامل بين تقنية الكرسي الفارغ والمدخل الروحي يمكن أن يساعد في معالجة الأمور غير المنجزة الناتجة عن الصدمة العلائقية من الجوانب النفسية والروحية معًا.

الكلمات المفتاحية: تقنية الكرسي الفارغ، المدخل الروحي، الأمور غير المنجزة، الصدمة العلائقية، الرشد المبكر، التنويم العلاجي الروحي.

UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim,

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama	: Novianti
NIM	: 2285160003
Tempat, Tanggal Lahir	: Jakarta, 09 November 2003
Alamat	: Jl Muara Angke Blok L5 Barat No 11A Jakarta Utara

Dengan ini saya menyatakan bawah skripsi dengan judul **"IMPLEMENTASI TEKNIK *EMPTY CHAIR* DENGAN PENDEKATAN SPIRITUAL UNTUK MENGATASI *UNFINISHED BUSINESS* AKIBAT TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL (STUDI KASUS DI SPIRITUAL HIPNOTERAPI CIREBON)"** ini beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Seluruh ide, pendapat, atau materi dari sumber lain telah dikutip dengan cara penulisan referensi yang sesuai. Atas pernyataan, saya siap menanggung resiko atau sanksi apapun yang dijatuhkan kepada saya sesuai dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

UINSSC
Cirebon, 08 Juni 2026
Saya yang menyatakan

UNIVERSITAS ISLAM SYEKH NURJALAN CIREBON



Novianti
2285160003

LEMBAR PERSETUJUAN

IMPLEMENTASI TEKNIK EMPTY CHAIR DENGAN PENDEKATAN SPIRITUAL UNTUK MENGATASI UNFINISHED BUSINESS AKIBAT TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL (STUDI KASUS DI SPIRITUAL HIPNOTERAPI CIREBON)

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) Pada Jurusan Tasawuf
dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Adab*

Oleh:

NOVIANTI

NIM. 2285160003

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I.

NIP. 198006232009122004

Pembimbing II



Dr. Etty Ratnawati, M.Pd.

NIP. 196908111995032003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi



Dr. Debi Fajrin Habibi, M.Pd.

NIP. 198709282019031005

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik, untuk melakukan pengecekan keaslian dokumen dapat mengakses
halaman <https://eujian-fua.uinssc.ac.id/verify>
Token : DOC-A3EF3A68A5F5

NOTA DINAS**Kepada Yth.****Dekan Fakultas Ushuluddin dan Adab****Universitas Islam Negeri (UIN) Siber Syekh Nurjati****Cirebon**

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan bimbingan, penelaahan, pengarahan, dan pengoreksian terhadap penelitian skripsi dari saudara :

Nama : NOVIANTI
NIM : 2285160003
Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : IMPLEMENTASI TEKNIK EMPTY CHAIR DENGAN
PENDEKATAN SPIRITUAL UNTUK MENGATASI UNFINISHED BUSINESS AKIBAT
TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL (STUDI KASUS DI SPIRITUAL
HIPNOTERAPI CIREBON)

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Adab Universitas Islam Negeri (UIN) Siber Syekh Nurjati Cirebon untuk dimunaqasahkan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Cirebon, 05 Juni 2026

Pembimbing I**Pembimbing II**

Dr. Naeila Rifatil Muna, M.Pd.I.
NIP. 198006232009122004

Dr. Etty Ratnawati, M.Pd.
NIP. 196908111995032003

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik, untuk melakukan pengecekan keaslian dokumen dapat mengakses halaman <https://eujian-fua.uinssc.ac.id/verify>
Token : DOC-CEC19132A26B

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul IMPLEMENTASI TEKNIK EMPTY CHAIR DENGAN PENDEKATAN SPIRITUAL UNTUK MENGATASI UNFINISHED BUSINESS AKIBAT TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL (STUDI KASUS DI SPIRITUAL HIPNOTERAPI CIRIBON) oleh NOVIANTI dengan NIM. 2285168002 telah dimusyawahkan pada tanggal 11 Juni 2026 di hadapan dosen penguji dan dinyatakan LULUS.

Skripsi ini telah memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Adab, UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Musyawarah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Dr. Dedi Fajrin Habibi, M.Pd. NIP. 1987082620190310002	22/06/2026	
Sekretaris Jurusan Muhammad Ikhsan Ghofar, M.A. NIP. 1991050120190310007	24/06/2026	
Penguji I Prof. Dr. H. Dedi Djatmadi, M.Ag. NIP. 1959032004900310002	24/06/2026	
Penguji II Muhammad Ikhsan Ghofar, M.A. NIP. 1991050120190310007	24/06/2026	
Pembimbing I Dr. Naila Rifat Muna, M.Pd.I. NIP. 1988062120081120004	22/06/2026	
Pembimbing II Dr. Emy Ratnawati, M.Pd. NIP. 1969081119980320000	22/06/2026	

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Adab




Dr. Anwar Samud, M.Ag.
NIP. 1971050120080310004

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik, untuk melakukan pengecekan keaslian dokumen dapat mengakses halaman

<https://ujian-fia.uinssc.ac.id/verify>

Token : DOC-F90ED3912FDB

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Novianti merupakan mahasiswi Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin dan Adab, Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon. Penulis berasal dari Jakarta dan melanjutkan pendidikan tinggi di Kota Cirebon dengan minat pada bidang psikoterapi, kesehatan mental, spiritualitas, serta isu-isu kemanusiaan. Penulis menempuh pendidikan dasar di SDN Pluit 05 Pagi dan telah aktif mengikuti kegiatan Pramuka sejak sekolah dasar. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 21 Jakarta dan SMA Negeri 111

Jakarta. Selama masa sekolah, penulis aktif dalam berbagai kegiatan organisasi dan kepemimpinan. Selain aktif dalam kegiatan Pramuka sejak SD hingga SMA, penulis juga terlibat dalam Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) sebagai bendahara pada jenjang SMA. Dalam bidang non-akademik, penulis pernah meraih Juara 2 Lomba Tari Pramuka Tingkat DKI Jakarta.

Keaktifan organisasi tersebut berlanjut selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi melalui berbagai organisasi kemahasiswaan baik di tingkat jurusan, fakultas, maupun organisasi eksternal kampus. Di lingkungan Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, penulis aktif dalam Himpunan Mahasiswa Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (HIMANTAPS) sebagai Sekretaris Pengembangan Aparatur dan Organisasi (PAO) periode 2022-2023 serta Anggota Departemen Kajian periode 2023-2024. Selain itu, penulis juga aktif dalam organisasi kemahasiswaan intra kampus sebagai Koordinator Komisi C Senat Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Adab (SEMA FUA) periode 2024-2025. Penulis juga aktif dalam Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII) dan mendapatkan amanah sebagai Ketua Korps PMII Putri (KOPRI) Rayon An-Nahdloh Fikr masa khidmat 2023-2024, Sekretaris KOPRI Komisariat UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon masa khidmat 2024-2025, serta Ketua KOPRI Cabang Cirebon masa khidmat 2025-2026.

Di bidang sosial dan kemanusiaan, penulis aktif dalam Jaringan Cirebon untuk Kemanusiaan. Penulis pernah menjadi Ketua Pelaksana Kampanye 16 Hari Anti Kekerasan terhadap Perempuan (16 HAKTP) Tahun 2023 serta terlibat dalam berbagai kegiatan edukasi, kajian, dan sosialisasi mengenai isu kekerasan terhadap perempuan dan anak di lingkungan sekolah, kampus, maupun masyarakat. Pengalaman organisasi, kepemimpinan, prestasi, dan kegiatan kemanusiaan tersebut menjadi bagian penting dalam membentuk kepedulian penulis terhadap isu kesehatan mental, trauma psikologis, relasi interpersonal, pemberdayaan perempuan, serta pengembangan psikoterapi berbasis spiritual yang kemudian menjadi fokus kajian akademik dan penelitian selama menempuh pendidikan di Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi.

MOTTO HIDUP

“Hatiku tenang karena mengetahui, apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanmu.”

-Umar bin Khattab-



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**

PERSEMBAHAN

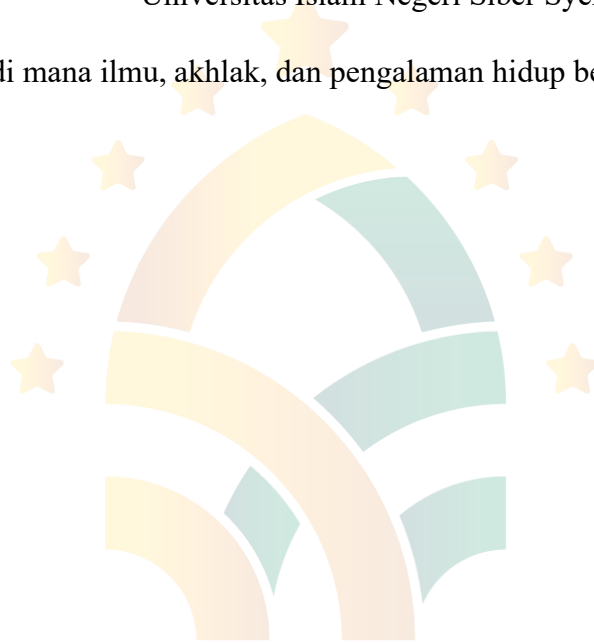
Skripsi ini kupersembahkan dengan penuh rasa syukur kepada almamater tercinta

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi

Fakultas Ushuluddin dan Adab

Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon

Tempat di mana ilmu, akhlak, dan pengalaman hidup bertumbuh bersama.



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Alhamdulillahilalamin la haula wala quwwata illa billahil aliiyyil adzim. Puji dan syukur kehadiran Allah SWT. karena berkat rahmatnya Penulis dapat menyelesaikan tugas akhir perkuliahan yakni karya tulis ilmiah berupa skripsi dengan tepat waktu. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW., Keluarga dan para Sahabatnya yang telah memberikan penerangan untuk seluruh umatnya, dan semoga kami semua mendapatkan syafaat di yaumul akhir nantinya, aamiin.

Skripsi berjudul “IMPLEMENTASI TEKNIK *EMPTY CHAIR* DENGAN PENDEKATAN SPIRITUAL UNTUK MENGATASI *UNFINISHED BUSINESS* AKIBAT TRAUMA RELASIONAL PADA DEWASA AWAL (STUDI KASUS DI SPIRITUAL HIPNOTERAPI CIREBON)” disusun untuk memenuhi syarat kelulusan serta untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) di Universitas Islam Negeri (UIN) Siber Syekh Nurjati Cirebon.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Segala syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena telah menghadirkan orang-orang baik disekeliling penulis. Oleh karena itu, dengan segenap ketulusan hati, serta iringan doa dan ucapan terima kasih sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada:

1. Mama Lina Maryana dan Bapak Sugeng Kuswanto selaku Orang tua penulis yang tiada hentinya melantunkan doa kepada anak-anaknya, yang selalu mendukung serta memotivasi penulis dari kecil hingga saat ini, yang selalu menanti sulungnya kembali ke rumah. Dengan bangga penulis ucapkan “Sulung mu berhasil mendapatkan gelar sarjana pertama dikeluarga”. Terima kasih tak terhingga penulis ucapkan kepada mama dan bapa atas segala pengorbanan yang telah diberikan, semoga mama dan bapa selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan, aamiin.
2. Bapak Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M. Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.

3. Bapak Dr. Anwar Sanusi, M. Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.
4. Bapak Dr. Debi Fajrin Habibi, M.Pd. selaku Ketua Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.
5. Bapak Dr. Izzuddin, MA. selaku dosen pembimbing akademik.
6. Ibu Dr Naeila Rifatil Muna, S.Psi., M.Pd.I., M.Psi, selaku dosen pembimbing I, yang telah memberikan masukan dan saran yang berarti selama penulis menyusun skripsi.
7. Ibu Dr. Etty Ratnawati, M.Pd. selaku dosen pembimbing II, yang selalu meluangkan waktu, tenaga serta pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis
8. Seluruh dosen dan staff jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi yang telah memberikan pengetahuan, ilmu dan motivasi kepada penulis. Terima kasih atas didikan dan dedikasinya selama masa perkuliahan.
9. Pihak lembaga penelitian dan informan penelitian yang telah bersedia memberikan waktu, kesempatan, serta informasi yang diperlukan dalam penelitian ini.
10. Juli dan Aya selaku adik penulis yang selalu menjadi penyemangat, semangat sekolahnya yaa sayaang, harus sampai kuliah pokonya, bismillah akan penulis usahakan.
11. Fatma Kusumaeni selaku saksi perjuangan karir akademik penulis dari sd hingga merantau ke perkuliahan. Akhirnya kita sampai di dermaga ini bersama-sama, semoga selalu diberikan kekuatan dan keluasan hati seluas samudra, semangat *ma twinss*.
12. Tete Pani, Novi imut, Nica Hurul, Neng Zahra Cantik, Yunia, Cemet, Adam Hbh, Adam dwi, Lili, Hilda, Rara, Arinal, Sulton, Jojon, Ali, Asti, Ugi, Aul, Hanna, Muja, Farid, Arij, Syamsul dan iqi selaku teman seperjuangan penulis dalam senang, sedih serta berpusing ria menjalani perkuliahan, semoga bisa berjumpa di lain hari dalam situasi dan kondisi terbaik, suksesss semuaaa.

13. Suci Alfiah, Leony, Faza yang selalu menjadi tempat penulis berkeluh kesah selama menyusun skripsi, yang selalu siap membantu ketika penulis kesulitan, yang selalu menemani mencari solusi bertahan hidup, terus tumbuh dan bermekaran dimanapun kalian berada, jangan lupa sholat, kecuali Leony, terserah.
14. Sahabat/I seperjuangan penulis dari rayon, komisariat, hingga cabang, terkhususnya kepada Wiwin, Tum Munif, Teh al, Ratu, Shafa, Nabil, Bu El, dan orang griya. Terima kasih sudah menjadi bagian dalam hidup penulis sehingga jadi lebih berwarna.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan menjadi amal kebaikan bagi semua pihak yang telah berkontribusi.

Cirebon, 01 Juni 2026

Saya yang menyatakan



Novianti
2285160003

UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Transliterasi kata-kata Arab yang dipakai dalam penyusunan tesis ini berpedoman pada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor: 158/1987 dan 0543b/U/1987, tanggal 22 Januari 1988.

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Bā'	b	be
ت	Tā'	t	te
ث	Šā'	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jīm	j	je
ح	Ḥā'	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Khā'	kh	ka dan ha
د	Dāl	d	de
ذ	Ẓāl	ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Rā'	r	er
ز	zai	z	zet
س	sīn	s	es
ش	syīn	sy	es dan ye

ص	ṣād	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍād	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭā'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓā'	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik di atas
غ	gain	g	ge
ف	fā'	f	ef
ق	qāf	q	qi
ك	kāf	k	ka
ل	lām	l	el
م	mīm	m	em
ن	nūn	n	en
و	wāw	w	w
هـ	hā'	h	ha
ء	hamzah	‘	apostrof
ي	yā'	Y	Ye

B. Konsonan Rangkap karena Syaddah Ditulis Rangkap

متعددة	ditulis	Muta‘addidah
عدّة	ditulis	‘iddah

C. Tā' marbūṭah

Semua *tā' marbūtah* ditulis dengan *h*, baik berada pada akhir kata tunggal ataupun berada di tengah penggabungan kata (kata yang diikuti oleh kata sandang “al”). Ketentuan ini tidak diperlukan bagi kata-kata Arab yang sudah terserap dalam bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya kecuali dikehendaki kata aslinya.

حكمة	Ditulis	<i>ḥikmah</i>
عَلَّة	ditulis	'illah
كرامة الأولياء	ditulis	<i>karāmah al-auliā'</i>

D. Vokal Pendek dan Penerapannya

-----َ-----	Fathah	ditulis	<i>A</i>
-----ِ-----	Kasrah	ditulis	<i>i</i>
-----ُ-----	Dammah	ditulis	<i>u</i>

فَعَلَ	Fathah	ditulis	<i>fa'ala</i>
ذُكِرَ	Kasrah	ditulis	<i>zūkira</i>
يَذْهَبُ	Dammah	ditulis	<i>yazhabu</i>

E. Vokal Panjang

1. fathah + alif	Ditulis	<i>ā</i>
جاهليّة	ditulis	<i>jāhiliyyah</i>
2. fathah + ya' mati	ditulis	<i>ā</i>
تَنَسَّى	ditulis	<i>tansā</i>

3. Kasrah + ya' mati	ditulis	<i>ī</i>
كريم	ditulis	<i>karīm</i>
4. Dammah + wawu mati	ditulis	<i>ū</i>
فروض	ditulis	<i>furūd</i>

F. Vokal Rangkap

1. fathah + ya' mati	ditulis	<i>ai</i>
بينكم	ditulis	<i>bainakum</i>
2. fathah + wawu mati	ditulis	<i>au</i>
قول	ditulis	<i>qaul</i>

G. Vokal Pendek yang Berurutan dalam Satu Kata Dipisahkan dengan Apostrof

أَنْتُمْ	ditulis	<i>A'antum</i>
أَعَدَّتْ	ditulis	<i>U'iddat</i>
لَنَنْشُكْرَنَّكُمْ	ditulis	<i>La'in syakartum</i>

H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf *Qamariyyah* maka ditulis dengan menggunakan huruf awal "al"

القرآن	ditulis	<i>Al-Qur'ān</i>
القياس	ditulis	<i>Al-Qiyās</i>

2. Bila diikuti huruf *Syamsiyyah* ditulis sesuai dengan huruf pertama *Syamsiyyah* tersebut

السَّمَاء	ditulis	<i>As-Samā'</i>
الشَّمْس	ditulis	<i>Asy-Syams</i>

I. Penulisan Kata-kata dalam Rangkaian Kalimat

Ditulis menurut penulisannya

ذو الفروض	ditulis	<i>Żawi al-furūd</i>
أهل السنّة	ditulis	<i>Ahl as-sunnah</i>



UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

DAFTAR ISI

ABSTRAK	I
ABSTRACT	II
ملخص.....	III
PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI	IV
LEMBAR PERSETUJUAN	V
NOTA DINAS.....	VI
LEMBAR PENGESAHAN	VII
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	VIII
MOTTO HIDUP.....	IX
PERSEMBAHAN.....	X
KATA PENGANTAR.....	XI
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN	XIV
DAFTAR ISI.....	XIX
DAFTAR TABEL.....	XXII
DAFTAR GAMBAR.....	XXIII
DAFTAR LAMPIRAN	XXIV
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Fokus Masalah	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Kegunaan Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Penelitian Terdahulu	11
B. Landasan Teori.....	15
1. Konsep Trauma	15
2. Konsep <i>Unfinished business</i>	28
3. Konsep Teknik <i>Empty chair</i> dan pendekatan spiritual	33
4. Konsep Dewasa Awal	48
C. Kerangka Pemikiran.....	52

BAB III METODE PENELITIAN	55
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	55
B. Penentuan Sumber Informasi Atau Informan	55
1. Informan Utama	56
2. Informan Pendukung.....	57
C. Menentukan Unit Analisis.....	58
D. Teknik Pengumpulan Data.....	58
1. Wawancara Mendalam (<i>In-depth Interview</i>)	59
2. Observasi.....	61
3. Dokumentasi	61
E. Teknik Analisis Data.....	62
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	65
A. Gambaran Umum Penelitian	65
1. Profil Spiritual Hipnoterapi Cirebon.....	65
2. Profil Terapis.....	66
B. Karakteristik Informan Penelitian.....	67
1. Informan Klien	68
2. Informan Terapis	69
3. Informan Keluarga Klien	69
C. Hasil Temuan Penelitian	70
1. Gambaran <i>Unfinished business</i> akibat Trauma Relasional Individu Dewasa Awal	70
2. Proses Implementasi Teknik <i>Empty chair</i> dengan Pendekatan Spiritual	78
3. Manfaat Implementasi Teknik <i>Empty Chair</i> dengan Pendekatan Spiritual dalam Mengatasi <i>Unfinished Business</i> Akibat Trauma Relasional pada Individu Dewasa Awal	112
D. Pembahasan Hasil Penelitian	123
1. Analisis Bentuk Unfinished Business Akibat Trauma Relasional pada Dewasa Awal	123
2. Analisis Implementasi Teknik <i>Empty Chair</i> dengan Pendekatan Spiritual dalam Mengatasi <i>Unfinished Business</i>	124
3. Analisis Manfaat Teknik <i>Empty Chair</i> dan Pendekatan Spiritual dalam Mengatasi <i>Unfinished Business</i>	126

BAB V PENUTUP.....	128
A. Kesimpulan.....	128
B. Implikasi	129
C. Saran	130
DAFTAR PUSTAKA	132
LAMPIRAN-LAMPIRAN	137



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**

DAFTAR TABEL

Table 1. Karakteristik Informan.....	68
--------------------------------------	----



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka berpikir.....	52
----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Dosen pembimbing	137
Lampiran 2. Surat izin penelitian	138
Lampiran 3. Pedoman observasi	140
Lampiran 4. Instrumen wawancara	141
Lampiran 5. Lembar persetujuan informan	144
Lampiran 6. SOP Teknik <i>empty chair</i> dengan pendekatan spiritual	145
Lampiran 7. Hasil wawancara klien	147
Lampiran 8. Hasil wawancara terapis	151
Lampiran 9. Hasil wawancara Orang Tua klien	157
Lampiran 10. Dokumentasi penelitian	160
Lampiran 11. Kartu bimbingan skripsi	163
Lampiran 12. Sertifikasi terapis	164
Lampiran 13. Turnitin	166



UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON