



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**TERAPI NARATIF ISLAMIS UNTUK MENINGKATKAN  
*SELF EFFICACY* RENDAH PADA SEORANG SANTRI  
PUTRA PONPES TANWIRUL AFKAR SIDOARJO**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel  
Surabaya Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos)

**Oleh:**

**Muhammad Ikhwan Sholihuddin  
NIM. 04020320045**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2023**

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Ikhwan Sholihuddin  
NIM : 04020320045  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul Terapi Naratif Islami Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Pada Seorang Santri Putra Ponpes Tanwirul Afkar Sidoarjo adalah benar merupakan karya sendiri. Hal hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi 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 peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 30 November 2023  
Yang membuat pernyataan,



Muhammad Ikhwan Sholihuddin  
NIM. 04020320045

## **PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING**

Nama : Muhammad Ikhwan Sholihuddin  
NIM : 04020320045  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Judul Skripsi : Terapi Naratif Islami Untuk Meningkatkan *Self Efficacy* Rendah Pada Seorang Santri Putra Ponpes Tanwirul Afkar Sidoarjo

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan

Surabaya, 28 November 2023

Dosen Pembimbing



Drs. H. Suwatah, M.Si

NIP. 196412152014111002

## PENGESAHAN TIM PENGUJI

Terapi Naratif Islami Untuk Meningkatkan *Self Efficacy*  
Rendah Pada Seorang Santri Putra Ponpes Tanwirul Afkar  
Sidoarjo

SKRIPSI

Disusun Oleh:

**Muhammad Ikhwan Sholihuddin**

**NIM. 04020320045**

**Tim Penguji**

**Penguji I**



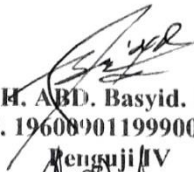
**Drs. H. Suyatah, M.Si**  
**NIP. 196412152014111002**

**Penguji III**



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

**Penguji II**



**Dr. H. ABD. Basyid, M. M.**  
**NIP. 1960090119990031002**

**Penguji IV**



**Amriana, M.Pd**  
**NIP. 198904112020122019**

Surabaya, Desember 2023

Dekan



**Dr. Much. Choirul Arif, S.Ag., M.Fil.I.**  
**NIP. 197110171998031001**



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Muhammad Likhwan Sholihuddin  
NIM : 04020320015  
Fakultas/Jurusan : FDK / BK I  
E-mail address : MuhammadLikhwanMs15@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Terapi Naratif Islami Untuk Meningkatkan Self Efficacy  
Rendah Pada Seorang Santri Putra PON PES Tanwirul  
Araan Sidoarjo

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, 10 Januari 2024

Penulis

(Muhammad Likhwan S )  
nama terang dan tanda tangan

## ABSTRAK

**Muhammad Ikhwan Sholihuddin, 04020320045, 2024.**  
*Terapi Naratif Islami Untuk Meningkatkan Self Efficacy Rendah Pada Seorang Santri Putra Ponpes Tanwirul Afkar Sidoarjo.*

Penelitian ini berfokus pada bagaimana terapi naratif islami untuk meningkatkan *self efficacy* rendah pada seorang santri putra Ponpes Tanwirul Afkar Sidoarjo? Dan bagaimana hasil terapi naratif islami untuk meningkatkan *self efficacy* rendah pada seorang santri putra Ponpes Tanwirul Afkar Sidoarjo?

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif. Sedangkan jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Metode pengumpulan data yang digunakan yakni melakukan observasi dan juga wawancara kepada subjek penelitian dan juga *significant other*. Sedangkan untuk analisis data menggunakan penyajian data dan deskriptif komparatif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi naratif islami menggunakan makna dari beberapa ayat Al-Quran dan juga teladan dari tokoh islam inspiratif untuk memantu santri dalam menarasikan dirinya menjadi lebih positif. Sedangkan, hasil penerapan menunjukkan peningkatan *self efficacy* pada santri putra yang ditunjukkan dari pola pikir, perasaan, dan tingkah lakunya.

**Kata Kunci :** Terapi Naratif Islami, *Self Efficacy*, Santri

## ABSTRACT

**Muhammad Ikhwan Sholihuddin, 04020320045, 2024.**  
*Islamic Narrative Therapy to Increase Low Self-Efficacy in a Male Student at the Tanwirul Afkar Sidoarjo Islamic Boarding School.*

This research focuses on how Islamic narrative therapy can improve the low self-efficacy of a male student at the Tanwirul Afkar Sidoarjo Islamic Boarding School? And what are the results of Islamic narrative therapy to improve low self-efficacy in a male student at the Tanwirul Afkar Sidoarjo Islamic Boarding School?

The research approach used in this research is qualitative. Meanwhile, the type of research used is a case study. The data collection method used was observation and interviews with research subjects and *significant others*. Meanwhile, data analysis uses data presentation and comparative descriptive.

The results of this research show that the implementation of Islamic narrative therapy uses the meaning of several verses of the Koran and also examples from inspirational Islamic figures to help students narrate themselves more positively. Meanwhile, the results of the implementation show an increase in self-efficacy in male students which is shown in their thought patterns, feelings and behavior.

**Keywords:** Islamic Narrative Therapy, *Self Efficacy*, Santri

## خلاصة

محمد إخوان شليح الدين، 04020320045، 2024. العلاج بالسرد الإسلامي لزيادة انخفاض الكفاءة الذاتية لدى الطالب الذكر في مدرسة تنويرول أفكار سيدوارجو الإسلامية الداخلية.

يركز هذا البحث على كيف يمكن للعلاج السردى الإسلامي أن يحسن الكفاءة الذاتية المنخفضة لدى الطالب في مدرسة تنويرول أفكار سيدوارجو الإسلامية الداخلية؟ وما نتائج العلاج بالسرد الإسلامي في تحسين انخفاض الكفاءة الذاتية لدى الطالب في مدرسة تنوير الأفكار سيدوارجو الداخلية الإسلامية؟

منهج البحث المستخدم في هذا البحث هو النوعي. وفي الوقت نفسه، فإن نوع البحث المستخدم هو دراسة الحالة. كانت طريقة جمع البيانات المستخدمة هي الملاحظة والمقابلات مع الأشخاص الخاضعين للبحث وغيرهم من الأشخاص المهمين. وفي الوقت نفسه، يستخدم تحليل البيانات عرض البيانات والوصف المقارن.

تظهر نتائج هذا البحث أن تطبيق العلاج السردى الإسلامي يستخدم معاني عدة آيات من القرآن الكريم وكذلك أمثلة من شخصيات إسلامية ملهمة لمساعدة الطلاب على سرد أنفسهم بشكل أكثر إيجابية. في حين أظهرت نتائج التطبيق زيادة في الكفاءة الذاتية لدى الطلاب الذكور والتي تظهر في أنماط تفكيرهم ومشاعرهم وسلوكهم.

**الكلمات المفتاحية:** العلاج السردى الإسلامي، فعالية الذات، السانترى

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



## DAFTAR ISI

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING .....	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI .....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
خلاصة .....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	18
A. Latar Belakang .....	18
B. Rumusan Masalah .....	23
C. Tujuan Penelitian.....	23
D. Manfaat Penelitian.....	23
1. Secara Teoritis.....	23
2. Secara Praktis .....	24
E. Definisi Konsep.....	24
1. Terapi Naratif .....	24
2. <i>Self Efficacy</i> .....	25

F. Sistematika Pembahasan .....	26
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK.....</b>	<b>28</b>
A. Terapi Naratif .....	28
1. Pengertian Terapi Naratif .....	28
2. Tujuan Terapi Naratif.....	31
3. Peran dan Fungsi Konselor Dalam Terapi Naratif ...	32
4. Pandangan Terapi Naratif.....	34
5. Teknik-Teknik Terapi Naratif .....	36
6. Tahapan Terapi Naratif .....	39
7. Terapi Naratif Perspektif Islam .....	41
B. <i>Self Efficacy</i> .....	43
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	43
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i> ....	47
3. Dimensi <i>Self Efficacy</i> .....	50
4. Karakteristik Individu <i>Self Efficacy</i> Tinggi dan Rendah 52	
5. Tingkat <i>Self Efficacy</i> .....	54
6. <i>Self Efficacy</i> Perspektif Islam.....	56
C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	58
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>61</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	61
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	62
1. Saubjek Penelitian .....	62
2. Lokasi Penelitian .....	62

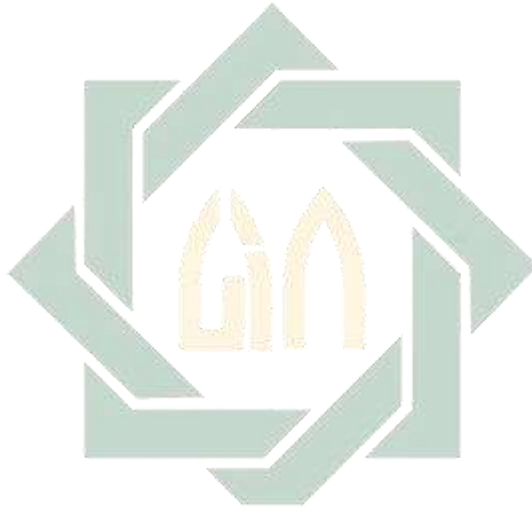
3.	Jadwal Penelitian .....	63
C.	Jenis dan Sumber Data .....	63
1.	Jenis Data .....	64
2.	Sumber Data .....	64
D.	Tahap-Tahap Penelitian.....	65
1.	Tahap Persiapan .....	65
2.	Tahap Pelaksanaan .....	66
3.	Tahap Analisis Data .....	66
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	66
1.	Wawancara .....	67
2.	Observasi .....	67
F.	Teknik Validitas Data .....	68
1.	Uji Kredibilitas .....	68
2.	Uji Depenability .....	69
G.	Teknik Analisis Data.....	69
1.	Data Display (Penyajian Data) .....	69
2.	Deskriptif Komparatif .....	70
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>71</b>
A.	Gambaran Umum Subjek Penelitian .....	71
1.	Deskripsi Lokasi Penelitian.....	71
2.	Deskripsi Konselor .....	72
3.	Deskripsi Konseli .....	74
B.	Penyajian Data.....	76

1. Deskripsi Proses Terapi Naratif Islami Untuk Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> Rendah Pada Seorang Santri Putra Ponpes Tanwirul Afkar .....	76
2. Deskripsi Hasil Terapi Naratif Islami Untuk Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> Rendah Pada Seorang Santri Putra Ponpes Tanwirul Afkar .....	109
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	111
1. Perspektif Teori .....	111
2. Perspektif Islam.....	117
BAB V PENUTUP.....	122
A. Kesimpulan.....	122
B. Saran.....	123
C. Keterbatasan Penelitian.....	124
DAFTAR PUSTAKA.....	125
LAMPIRAN.....	129

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR TABEL

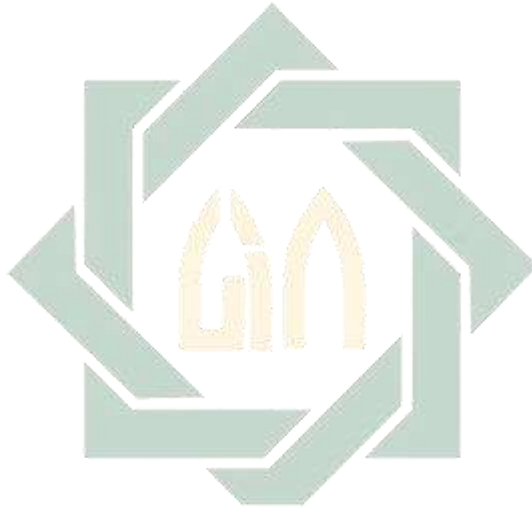
Tabel 3 1: Jadwal Penelitian .....	63
Tabel 4 1: Perilaku Konseli Sebelum Treatment .....	84
Tabel 4 2: Hasil Evaluasi Perubahan Konseli .....	109



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4 1: Dinamika Permasalahan.....	83
Gambar 4 2: Dampak Permasalahan .....	90
Gambar 4 3: Analisis Proses dan Hasil Penelitian.....	112



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, H. M. 1976. *Pokok-Pokok Pikiran tentang Bimbingan dan Penyuluhan Agama di Sekolah dan Luar Sekolah*. Jakarta: Bulan Bintang
- Bandura, *Efikasi Diri Dalam Ramachaudran, Ensiklopedia Manusia Perilaku* Vol 4, hlm 71-81, New York: Pers Akademik. (Dicetak Ulang dalam H Friedman, *Ensiklopedia Kesehatan Mental*, San Diego: Academic Press, 1998)
- Burhan Bungin. 2001. *Metode Penelitian Sosial: Format-format Kuantitatif dan Kualitatif*. Surabaya: Universitas Airlangga,
- Corey, Gerald. 2009. *Theory dan Practice of Counseling and Psychotherapy, Ninth Edition*. Belmont, CA: Brooks/Cole
- Damayanti, Ovi. 2020. *Penerapan Konseling Naratif Menggunakan Penilaian IMCS (Innovative Moments Coding System) Dalam Meningkatkan Kemampuan Public Speaking Pada Mahasiswa Di UIN Raden Intan*. Skripsi pada UIN Raden Intan Lampung. Lampung
- Departemen Agama RI, *Al-Hikmah Al-Qur'an dan Terjemahannya*
- Desmita. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Farazilla, Fatiha. 2021. “*Pengaruh Peran Orang Tua dan Self Efficacy Terhadap Hasil Belajar IPA Secara Daring Pada Siswa Kelas V di MI MA'ARIF Polorejo Tahun Pelajaran 2020/2021*”. Skripsi pada IAIN Ponorogo, Ponorogo

- Feist. 2010. *Teori Kepribadian (edisi ketujuh)*. Jakarta: Salemba Humanika
- Ghufron. 2014. *Teori-teori Psikologi*. Bandung: Refika Aditama
- Ginintasaki, Rahayu. Direktori File UPI Jurnal Psikologi, *Teknik Terapi Keluarga*
- Gladding, Samuel T. 2019. *Konseling Profesi yang Menyeluruh (edisi keenam)*. Jakarta: PT Indeks
- Gloria A Tangkeallo, Rijanto Purbojo, and Kartika S Sitorus, Hubungan Antara SelfEfficacy Dengan Orientasi Masa Depan Mahasiswa Tingkat Akhir', *Jurnal Psikologi*, 10.1 (2014)
- Gloria Soto and Lori Goetz. 1998. *The Association for Persons with Severe Handicaps*,
- Hadi Warsito, *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Penyesuaian Akademik Dan Prestasi Akademik*, *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Volume IX*. Nomer 1 April 2009, Universitas Surabaya, 2009
- Herdiansyah, Haris. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Lestari, Ika Putri Kanthi. 2014. *Upaya Meningkatkan Self Efficacy Rendah Terhadap Pemilihan Karir Dengan Konseling Behaviour Teknik Modeling Simbolik Pada Siswa Kelas VIII E Di SMPN 6 Batang*. Skripsi pada Universitas Negeri Semarang. Semarang
- Lexy J. Moleong, Lexy J. 2009. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya



- Lynette P. Vromans a & Robert D. Schweitzer, *Narrative Therapy for Adults with Major Depressive Disorder: Improved Symptom and Interpersonal Outcomes*, *Psychotherapy Research*, 21(1).1050-3307 print/ISSN 1468-4381 (2010),
- M. Djunaidi Ghony dan Fauzan Almanshuri. 2014. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Martine, Payne. 2006. *Narrative Therapy*. London:SAGE Publications Ltd
- Mary Etchison, David M. Kleist. 2000. *The Family Journal: Vol. 8 No. 1*. Sage Publications, Inc.
- Maynawati, Aldila Fitri Radite Nur. 2018. *Konseling Islami Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Siswa*, Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling. Universitas Veteran Bangun Bangsa. Tegal
- Nursalim, M. 2013. *Strategi dan Intervensi Konseling*, Jakarta: Akademia Permata
- Paul, Abels. 2001. *Understanding Narrative Therapy: A Guide Book For The cial Worker*. New York: Springer Publishing Company
- Rajae, R., & Weerasekera, P. (2019). *Islamic Narrative Therapy: An Integration of Islam, Counseling and Narrative Therapy*. *Journal of Muslim Mental Health*, 13(1) 49-71
- Santrock, J. W. 2009. *Psikologi Pendidikan Edisi Tiga Buku I (Terjemahan oleh Diana Angelica)*. Jakarta:Salemba Humanika

- Sugiyono. 2023. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Swasti dan Martani, *Jurnal Psikologi*, Vol 40, No.1, Juni,
- Utami, Tabah Kurnia. “*Hubungan Self Efficacy (Efikasi Diri) Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas VIII SMPN 2 Sentajo Raya dan SMPN 1 Benai di Kabupaten Singingiriau Tahun Ajaran 2019/2020*”. Skripsi pada Universitas Islam Riau, Pekanbaru
- Vivik Shofiah dan Raudatussalamah, *Self-Efficacy Dan Self-Regulation Sebagai Unsur Penting Dalam Pendidikan Karakter*, *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, Vol.17 No.2 Juli-Desember, 2014,
- White, M., & Epston, D. 1990. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. New York: Norton & Company
- Widya Juwita, dkk. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Universitas Negeri Semarang. (2017)
- Yoni Sunaryo. *Pengukuran Self efficacy Siswa Dalam Pembelajaran Matematika Di MTs N 2 Ciamis*’, *Jurnal Teori Dan Riset Matematika (TEOREMA)*, 1.2. (2017)
- Yusuf, Syamsu. 2016. *Konseling Individu Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: PT Refika Aditama