



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

**KONSELING ISLAM DENGAN TERAPI SYUKUR  
DALAM MENGATASI RASA KURANG  
PERCAYA DIRI PADA REMAJA *BROKEN HOME*  
DI BRONDONG LAMONGAN**

**SKRIPSI**

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

**Oleh:**

Rafidah Aziz

NIM: 040203200054

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA  
2024**

## PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

*Bismillahirrahmanirrahim*

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rafidah Aziz  
NIM : 04020320054  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Konseling Islam Dengan Terapi Syukur Dalam Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Pada Remaja Broken Home Di Brondong Lamongan** adalah benar merupakan karya sendiri. 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, 28 Desember 2023



Rafidah Aziz  
NIM 04020320054

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Rafidah Aziz  
Nim : 04020320054  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Judul Penelitian : **KONSELING ISLAM DENGAN  
TERAPI SYUKUR DALAM  
MENGATASI RASA KURANG  
PERCAYA DIRI PADA  
REMAJA *BROKEN HOME* DI  
BRONDONG LAMONGAN**

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 28 Desember 2023  
Pembimbing



**Dr. H. Cholil, M.Pd.I**  
**19650615199303100**

**LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI**  
Konseling Islam Dengan Terapi Syukur Untuk  
Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Pada Remaja  
*Broken home* Di Brondong Lamongan

Disusun oleh:  
Rafidah Aziz  
04020320054

Telah diuji dan dinyatakan dalam ujian Sarjana Strata  
Satu pada tanggal 04 Januari 2024

Tim Penguji

Penguji I

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

Penguji III

Dr. Mohamad Tholhir, S.Pd.I, M.Pd.I  
19790517200901

Penguji II

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd  
197311212005011002

Penguji IV

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



Dr. Mochamad Cholil, S.Ag, M.Fil.I  
1998031001



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA  
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpustakaan@uin-sby.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 : Rafidah Aziz  
NIM : 04020320054  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan Konseling Islam  
E-mail address : rafidahaziz720@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  Disertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Konseling Islam dengan Terapi Syukur untuk Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri

Pada Remaja Broken Home di Brondong Lamongan

beserta 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, 18. Januari 2023

Penulis

Rafidah Aziz

*nama terang dan tanda tangan*

## ABSTRAK

Rafidah Aziz (04020320054). *“Konseling Islam Dengan Terapi Syukur Untuk Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Pada Remaja Broken Home Di Brondong Lamongan”*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh konseling Islam dengan terapi syukur terhadap peningkatan kepercayaan diri pada remaja broken home di Brondong, Lamongan. Metode penelitian yang digunakan bersifat kualitatif dengan fokus pada teknik pengumpulan data melalui wawancara, dokumentasi, dan observasi. Teknik analisis data yang diterapkan adalah analisis kualitatif deskriptif. Data dari wawancara, dokumentasi, dan observasi dianalisis secara sistematis untuk mengidentifikasi tema-tema kunci, pola-pola, dan perubahan perilaku pada konseli. Perbandingan data antara sebelum dan sesudah konseling digunakan untuk mengevaluasi dampak positif terhadap peningkatan kepercayaan diri.

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif dari konseling Islam dengan terapi syukur terhadap peningkatan kepercayaan diri pada remaja broken home. Temuan ini didukung oleh perubahan sikap, pemahaman diri, dan tindakan positif yang muncul pada konseli.

**Kata Kunci:** Konseling Islam, Terapi Syukur, Rasa Kurang Percaya Diri

## ABSTRACT

Rafidah Aziz (04020320054). *“Islamic Counseling With Gratitude Therapy To Overcome Low Self-Esteem In Adolescents From Broken Homes In Brondong Lamongan”*.

This research aims to explore the influence of Islamic counseling with gratitude therapy on the enhancement of self-confidence among broken home teenagers in Brondong, Lamongan. The research adopts a qualitative approach with a focus on data collection through interviews, documentation, and observation. The applied data analysis technique is qualitative descriptive analysis. Data from interviews, documentation, and observation are systematically analyzed to identify key themes, patterns, and behavioral changes among the counselees. Data comparison between pre and post-counseling is utilized to assess the positive impact on the improvement of self-confidence.

The research findings indicate a positive influence of Islamic counseling with gratitude therapy on the enhancement of self-confidence in broken home teenagers. These findings are supported by changes in attitudes, self-understanding, and positive actions manifested by the counselees.

**Keywords:** Islamic Counseling, Gratitude Therapy, Low Self-Esteem

## ملخص

رافدة عزيز (٢٠٠٥، ٢٠٠٣، ٢٠٠٤). "الإرشاد الإسلامي بالتزامن مع علاج الامتنان للتغلب على قلة الثقة بالنفس لدى الشباب في منازل مكسورة في Brondong, Lamongan

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف تأثير الإرشاد الإسلامي بواسطة علاج الشكر على تعزيز الثقة بالنفس لدى الشباب في المنازل المكسرة في برونونج، لامونجان. تعتمد الدراسة على منهج نوعي مع التركيز على جمع البيانات من خلال المقابلات والتوثيق والمراقبة. تقنية تحليل البيانات المستخدمة هي تحليل وصفي نوعي. يتم تحليل البيانات بشكل منهجي من خلال المقابلات والتوثيق والمراقبة لتحديد المواضيع الرئيسية والأنماط والتغيرات السلوكية لدى المستشارين. يتم استخدام المقارنة بين البيانات قبل وبعد الإرشاد لتقييم التأثير الإيجابي على تحسين الثقة بالنفس.

تشير نتائج البحث إلى وجود تأثير إيجابي للإرشاد الإسلامي بعلاج الشكر على تعزيز الثقة بالنفس لدى الشباب في المنازل المكسرة. تدعم هذه النتائج التغيرات في التصورات والفهم الذاتي والتصرفات الإيجابية التي ظهرت لدى المستشارين.

كلمات : الإرشاد الإسلامي، علاج الشكر، الثقة بالنفس المنخفضة  
مفتاحية

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A



## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI.....	ii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	iv
PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACK.....	vii
ملخص.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Definisi Konsep.....	11
F. Sistematika Pembahasan.....	14
BAB II KAJIAN TEORETIK.....	16
A. Kerangka Teoretik.....	16
1. Konseling Islam.....	16
2. Terapi Syukur.....	21
3. Rasa Percaya Diri.....	34
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	45
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	45
B. Lokasi Penelitian.....	46
C. Jenis Dan Sumber Data.....	46

D.	Tahap-Tahap Penelitian .....	47
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	48
F.	Teknik Validitas Data.....	50
G.	Teknik Analisis Data.....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>		
<b>DAN PEMBAHASAN .....</b>		
A.	Gambaran Umum Subyek Penelitian.....	52
B.	Penyajian Data .....	56
1.	Deskripsi Proses Konseling Islam dengan Terapi Syukur Untuk Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Pada Remaja <i>Broken home</i> di Brondong Lamongan.....	56
2.	Deskripsi Hasil Konseling Islam dengan Terapi Syukur Untuk Mengatasi Rasa Kurang Percaya Diri Pada Remaja <i>Broken home</i> di Brondong Lamongan.....	63
C.	Pembahasan Hasil Penelitian .....	65
1.	Perspektif Teori.....	65
2.	Perspektif Islam .....	78
<b>BAB V PENUTUP .....</b>		
A.	Simpulan .....	81
B.	Rekomendasi.....	81
C.	Keterbatasan Penelitian.....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>		
<b>BIOGRAFI PENELITI .....</b>		

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Formulir Jurnal Syukur.....	62
Tabel 2 Analisis Data Proses Konseling Perspektif Teori.....	74
Tabel 3 Analisis Data Hasil Konseling Perspektif Teori.....	75
Tabel 4 Perilaku yang Terlihat Sebelum dan Sesudah Konseling.....	77



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Wawancara dengan Konseli.....	111
Gambar 2 Wawancara dengan konseli.....	111
Gambar 3 Wawancara dengan Teman Terdekat Konseli.....	112
Gambar 4 Wawancara dengan Konseli.....	112
Gambar 5 Wawancara dengan Konselor.....	113



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- A, Robert, Emmons and Michael E, dan McCullough. *The Psychology of Gratitude*. New York: Oxford University Press, 2004.
- Akbar, Zulkifli. *Dasar-Dasar Konseptual Penanganan Masalah Bimbingan Dan Konseling Islami Di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan Dan Keagamaan*. Yogyakarta: Uii, 1987.
- Al-Ghazali. *Ihya Ulumuddin, Menghidupkan Ilmu-Ilmu Agama*. Edited By Purwanto. 3rd Ed. Bandung: Marja, 2011.
- Al-Sheikh, Abdullah Bin Muhammad Bin Abdurahman Bin Ishaq. *Tafsir Ibnu Katsir*. Edited By Abu Ihsan Al- Atsari M. Abdul Ghoffar E.M., Abdurrahim Mu'thi. Jilid 4. Bogor: Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2004.
- Alatas, Alwi. *Bersyukurlah Maka Engkau Akan Bahagia*. Yogyakarta: Pro- U Media, 2016.
- Amin, Samsul Munir. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah, 2013.
- As-Sallum, Abdullah Bin Fahd. *Keajaiban Iman*. Surabaya: Yassir, 2008.
- Barbara, Angelis De. *Self Confident: Percaya Diri Sumber Kesuksesan Dan Kemandirian*. Jakarta: Gramedia Pustaka, 2000.
- Bungin, Burhan. *Metode Penelitian Sosial : Format-Format Kualitatif Dan Kuantitatif*. Surabaya: Universitas Airlangga, 2001.

- . *Metodologi Penelitian Sosial & Ekonomi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2013.
- Creswell, John W. *Research Design : Qualitative, Quantitative, And Mixed Methods Approaches*. Edited By 4. Singapore: Sage Publication, 2014.
- Dewi, Danti Marta, Supriyo, And Suharso. “Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua Pada Siswa Kelas Vii (Studi Kasus).” *Indonesian Journal Of Guidance And Counseling : Theory And Application Ijgc* 2, No. 4 (2013): 9–16.
- Fadhalla, Syekh. *Al-Hikam:264 Hikmah Dan Renungan Spiritual Harian Ibn Athaillah*. Jakarta: Serambi, 2013.
- Fathani, Abdul Halim. *Ensiklopedi Hikmah (Memetik Buah Kehidupan Di Kebun Himah)*. Yogyakarta: Darul Hikmah, 2008.
- Frankl, Viktor. *Institute Of Logotherapy*. Usa: The International Forum For Logotherapy : Tribute To Viktor Frankl, 2013.
- Fitriyah, Bety Lailatul. “Konseling Islam Dengan Terapi Syukur Untuk Menurunkan Perilaku Gengsi Pada Remaja Di Sidoarjo.” Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.
- Harisanto. “Hubungan Antara Self Confidence Dengan Aktualisasi Diri Siswa Man 1 Malang.” *Jurnal Bimbingan Konseling* 1, No. 1 (2010): 1–10.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Terj.*

- Isti Widiyati*. Jakarta: Erlangga, 1996.
- Jalaludin, Rahmat. *Psikologi Kounikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000
- J.P. Chaplin. *Kamus Lengkap Psikologi, Terj.* Edited By Kartini Kartono. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008.
- Kartono. *Patologi Sosial 2, Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2014.
- Lubis, Saiful Akhyar. *Konseling Islam Dalam Komunitas Pesantren*. Bandung: Citapustaka Media Perintis, 2015.
- . *Konseling Islami*. Yogyakarta: Elsaq Press, 2007.
- Lautser, Peter. *Tes Kepribadian Terj. D.H. Gulo*. Jakarta Bumi Aksara, 2004.
- Mahfud, Choirul. “The Power Of Syukur: Tafsir Konsektual Konsep Syukur Dalam Al-Qur’an.” *Jurnal Episteme* 9, No. 2 (2014).
- Mamlu’ah, Aya. “Konsep Percaya Diri Dalam Al-Qur’an Surat Ali Imran Ayat 139.” *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman* 1, No. 1 (2019): 30–39.
- Mubarok, Achmad. *Al-Irsyad An-Nafsy: Konseling Agama Teori Dan Kasus*. Jakarta: Bina Rena Pariwisata, 2000.
- Murata, Sachiko, And William Chittick. *The Vision Of*

- Islam*. Yogyakarta: Suluh Press, 2005.
- Narbuko, Cholid. *Metodologi Penelitian*. Iv. Jakarta: Pt. Bumi Aksara, 2002.
- Nasir, Mohammad. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988.
- Nuryanto. *Meraih Tambahan Nikmat Dengan Bersyukur*. Surabaya: Quantum Media, 2013.
- Pangestu, Rofiah Indah. “Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Reframing Syukur Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Seorang Santriwati Di Pondok Pesantren Annajah Yamra Merauke.” Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.
- Prayitno, And Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. 4th Ed. Jakarta: Rineka Cipta, 2018.
- Puspa, Yan Pramadya. *Kamus Umum Populer*. Semarang: Cv Aneka Ilmu, 2003.
- Puspitasari, Ratna, Muhamad Basori, And Kukuh Andri Aka. “Studi Kasus Rasa Kurang Percaya Diri Siswa Kelas Tinggi Sdn 3 Tanjungtani Pada Saat Menyampaikan Argumennya Di Kelas Dan Upaya Menumbuhkan Rasa Percaya Diri.” *Bada'a: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 4, No. 2 (2022): 325–335.
- R, Thantawy. *Kamus Istilah Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta:Grasindo, 2005.
- Rafi', Abu Fida' Abdur. *Terapi Penyakit Korupsi*.



- Jakarta: Replubika, 2004.
- Rahayu, Aprianti Yofita. *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*. Jakarta: Py Indeks, 2013.
- Riyadi, Agung. “Identifikasi Faktor Penyebab Siswa Kurang Percaya Diri Di Sd Negeri 2 Wates.” *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar* 8, No. 2 (2019): 176–188.
- Rohmah, Fina Izzatur. “Konseling Realitas Melalui Terapi Syukur Untuk Menumbuhkan Rasa Bahagia Remaja Di Desa Kencong Kecamatan Kepung, Kediri.” Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.
- Rusdi, Ahmad. “Syukur Dalam Psikologi Islam Dan Konstruksi Alat Ukurnya.” *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi* 2, No. 2 (2016): 42.
- Santrock. *Perkembangan Remaja*. 6th Ed. Jakarta: Erlangga, 2003.
- Shertzer, Bruce, And Shelley C. Stone. *Fundamentals Of Counseling*. 2nd Ed. Ann Arbor, Michigan: Houghton Mifflin, 1974.
- Shihab, M. Quraish. *Wawasan Al-Qur’an, Tafsir Maudhu’i Atas Pelbagai Persoalan Umat*. Bandung, 1996.
- Shobihah, I.F. “Kebersyukuran (Upaya Membangun Karakter Bangsa Melalui Figur Agama).” *Jurnal Dakwah* 15, No. 2 (2014): 389–390.

- Sofiani, Ika Kurnia, Sekolah Tinggi, Agama Islam, And Negeri Bengkalis. “Landasan Teoru Konseling Islam.” *Kaisa: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 1, No. 1 (2021): 25–37.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. 26th Ed. Bandung: Cv. Alfabeta, 2017.
- Sukardi, Dewa Ketut. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, 2000.
- Suriana), Aura Husna (Neti. *Kaya Dengan Bersyukur : Menemukan Makna Sejati Bahagia Dan Sejahtera Dengan Mensyukuri Nikmat Allah*. Jakarta: Pt Gramedia Pustaka Utama, 2013.
- Suryabrata, Sumardi. *Metode Penelitian*. Jakarta: Rajawali, 1987.
- Sutoyo, Anwar. *Bimbingan Dan Konseling Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015.
- Suwarjo. “Peningkatan Kepercayaan Diri Dan Proses Belajar Matematika Menggunakan Pendekatan Realistik Pada Siswa Sekolah Dasar.” *Jurnal Prima Edukasia* 2, No. 2 (2014).
- Takdir, Mohammad. “Kekuatan Terapi Syukur Dalam Membentuk Pribadi Yang Altruis : Perspektif Psikologi Qur ’ Ani Dan Psikologi Positi F” 5, No. 2 (2017): 175–198.
- Thoha, Chabib. *Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1996.

- Trimingham, J. Spencer. *The Sufi Orders In Islam*.  
London: Oxford Unniversity Press. 1973.
- Werdiningsih, Susanti, And Sujianti. *Mencetak Anak Juara, Belajar Dari Pengalaman 50 Anak Juara*.  
Yogyakarta: Katahati, 2014.
- Yani, Ahmad. *Be Excellent: Menjadi Pribadi Terpuji*.  
Jakarta: Al Qalam, 2007.
- Yunus, Muhammad. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.  
Jakarta: Pt. Hidakarya Agung, 1989.
- Yusparini. “Peningkatan Kepercayaan Diri Anak Korban Perceraian Di Desa Sampaga Kabupaten Mamuju (Perspektif Bimbingan Dan Konseling Islam).”  
Institut Agama Islam Negeri (Iain) Palu, 2020.



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A